



Dr. 齋藤のブリッジ講座

ブリッジ (Br)

今回はむし歯や歯周病で歯を失ったとき、周囲の歯を利用して失った歯を補いお口の中に固定するブリッジ(Br)という治療についてです。どれだけ周囲の歯を利用するかは、失った歯の本数、歯の種類、残っている歯の状態やかみあわせなどにより決まります。

また保険治療では前歯 6 本(右側犬歯～左側犬歯)は白くできますが、その他の奥歯は銀色になります。

従って前歯+奥歯+奥歯の場合、白+銀色+銀色ようになります。この場合奥歯も白をご希望される場合は保険外となります。保険治療と保険外治療を同時に行うことができないため、保険治療で白くできる前歯も含めて全て保険外治療となります。

さてここでブリッジの種類についてご説明します。

メタルボンドブリッジ(保険外)

貴金属製の土台の上にセラミック(陶材)を焼き付け見える部分を白くしたものです。

利点：透明感がありナチュラルで変色しない。貴金属製土台の精度がよく(歯にぴったり)で、長持ちする。金属アレルギーを起こしにくい。



欠点：将来的に歯茎が下がってきたとき境目が見えることがある。

11月の診療予定

	月	火	水	木	金	土
西口	清水 最上	清水 中西	佐藤 榎本	最上	最上	佐藤
東口	佐藤	佐藤	清水 最上	佐藤 齋藤	清水	清水 榎本 藤本

11月のインフォメーション

西口 矯正診療日

17日(土) 25日(日)

一般矯正 (Dr.清水佳子) 診療致します。

東口 院長休診日

● 24日(土) 午前午後 院長はセミナーの為お休みです。

医院全体 休診日

19日(月) 午前午後

● スタッフ研修の為、休診とさせていただきます。

東口 口腔外科診療日

口腔外科専門医 (Dr.茂木) が 11/8(木) 診療致します。

2012Xmas イベント開催のお知らせ☆☆

今年もしみテンのXmas イベント開催決定!

日時 12/22(土) 14:30~16:30

会場 埼玉会館(浦和駅)

小学校 1~6年生のお子様対象です☆

その他詳細については STAFF までお尋ね下さい☆

たくさんの方のご参加お待ちしております!!

ハイブリットセラミックブリッジ(保険外)

貴金属製の土台の上にセラミックを混ぜて強化したレジン(プラスチック)を貼り付け見える部分を白くしたものです。

利点:自然の歯に近くきれい。

貴金属製土台の精度がよく(歯にぴったり)。

金属アレルギーを起こしにくい。



欠点:メタルボンドブリッジに比べて透明感はやや劣り変色することがある。

高カラットゴールドブリッジ(保険外)

白金加金(金+プラチナ+他金属)

を用いたもの。

利点:貴金属製土台の精度がよく

(歯にぴったり)、長持ちする。天然歯の硬さに近いため対合歯を痛めない。

欠点:金色のため見た目が悪く、奥歯のみに対応している。



硬質レジン前装冠ブリッジ(保険適応)

銀色の金属製土台にプラスチック

(レジン)をはりつけたもの。前歯のみに

利用できる。

利点:保険適応

欠点:変色し黄ばむ。耐久性に劣る金属アレルギーが生じる可能性がある。



金銀パラジウム冠ブリッジ(保険適応)

全てが銀色の金属でできている。

奥歯に利用できる。

利点:保険適応

欠点:見た目が悪い。耐久性に劣る。金属アレルギーが生じる可能性がある。



治療法はかみあわせや周囲の歯の状態によって異なりますので、治療の際はぜひご相談下さい。

Dr. 齋藤真理恵



免疫力をUPさせる為にカラダには何が必要??



こんにちは。東口管理栄養士の鈴木理雅です
 これから冬を迎え、風邪やインフルエンザ感染への危険性が増してきます。
 体調を崩す前に健康で丈夫な体をつくり、冬を乗り切るための対策として
 食事で気を付けると良いことについて書きたいと思います!!



① ビタミンやミネラルを積極的にとりましょう

免疫力を確実に強化するのは、抗酸化能が高く、免疫細胞を直接活性化するビタミン A・C・E。そして免疫細胞や抗酸化酵素をつくるために必要な亜鉛、セレンです。日常の食事で、これらを多く含む食材を積極的にとりましょう。

vitA ウナギ・レバー・バター・チーズ *vitE* 植物油・アーモンド・小麦胚芽

vitC 果実類・野菜類・緑茶 *亜鉛* 肉類・海藻類・鶏卵・米・大豆

セレン レバー・魚介類・卵類・穀類・乳製品



② いろいろな食材を組み合わせましょう

ビタミンCはEが壊れるのを防ぐなど、ビタミンやミネラルは互いに働きを助け合っているため、一緒にとるほうが効果アップ。いろいろな食材を組み合わせれば目的の栄養成分の他にも体に良い成分がとれます。



③ 整腸や抗酸化に働く食品をとりましょう

腸内環境を整えることは健康に直結します。腸内の善玉菌を増やすヨーグルトの乳酸菌、納豆の納豆菌、善玉菌のエサになるオリゴ糖の多い食材は日常的にとりたいもの。また、免疫の働きを阻害する過剰な活性酵素を抑える抗酸化成分を含む食材も積極的にとりましょう。



④ たんぱく質をしっかりととりましょう

良質のたんぱく質は体の抵抗力を高めます。肉や魚、大豆、卵、牛乳などをとり、たんぱく質の不足を防ぎましょう。ただし、脂肪のとりすぎは免疫の働きを抑える為、高たんぱく・低脂質・適量を心がけましょう。身近な食材だと鶏ささみなどいいですね。また、温かい食事をとり体を冷やさないことも大切です。以上のことに気を付けて寒い毎日を元気に過ごしましょう☆



しみデン伝スタッフ日記リレー



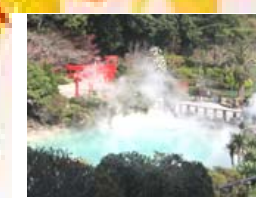
今回は東口歯科助手の細田明日香さんです。

最近ではインテリアショップ巡りにハマっているそうですよ☆

こんにちは！
 東口助手の細田です！今回は9月に遅めの夏休みを頂いて2泊3日の九州半周ツアーに行ってきました。
 私自身九州に行った事が無かったのですごく楽しみにしていたのですが
 出発日に台風16号が九州付近に上陸する\(@o@)/!!というハプニングにも見舞われ、飛行機は横揺れ縦揺れしながら、なんとか無事長崎に着陸(;_ _)
 当然のごとく外は大荒れ・・・初日は強風の中ほぼ貸切り状態(笑)のハウステンボスで遊び、そのまま福岡まで車を走らせ念願の博多ラーメンを食べ、(コシが絶品!!)
 その日は福岡で1泊しました。



変わって2日目は台風一過の快晴(^o^)福岡~大分まで。
 温泉めざして出発☆別府に向かう途中【九重夢大吊橋】と言う日本一長い吊橋があるのですが、その橋がものすごい高さでした(汗)高所恐怖症の方は無理かもしれません(笑)
 その後別府温泉地で【地獄巡り】をしてきました。
 全8か所からなる天然温泉が湧き出る観光名所です☆
 その湧き出た温泉で作っている名物の温泉プリンがすごく美味しかったですよ。その日はそのまま湯布院まで足を延ばし1泊して、最終日は熊本まで行き、阿蘇山火口まで登って熊本空港から帰ってきました。2泊3日で4県巡るという超弾丸ツアーでしたが、内容はこれまでした旅行の中で一番充実した旅行になりました(*^_^*)



皆様も機会があればぜひ2泊3日4県の弾丸ツアー!!
 試されてみてはいかがでしょうか??(>_<)

