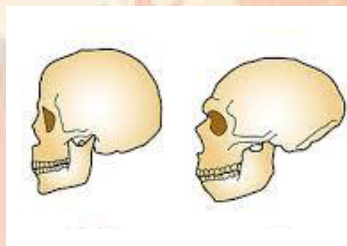


現代人と古代人の歯の違いについて学んでみよう

古代人と現代人には、歯並びや顎の大きさにどのような違いがあるのでしょうか？

左が現代人、右がネアンデルタール人の頭骸骨です。現代人の方が全体的に小さく、顎の大きさや奥行きが



短いですね。一方ネアンデルタール人の頭骸骨は、現代人と比べると一回り以上大きく、顎も奥行きがありますが、歯の大きさはどちらもあまり変わらない様に見えます。

これらの違いは何が原因だと思いませんか？

実は、食べ物の変化が原因の一つと考えられています。

大昔は硬い木の実や肉を食べていましたが、現代では食品加工技術が発達した為に、それ程硬い物を口にする事が少なくなりました。その為、顎をあまり使わなくてもよくなったので、だんだんと顎が退化して小さくなっていったのです。歯の本数で比べると、現代人は親知らずを入れて32本、一方で昔の人は36本あったと言われています。

親知らずのその後ろの歯まであったということですね。現代人では親知らずまでしっかり生え揃っている人の数が少ないので、かなり顎は小さくなりました。親知らずを抜いて28本、それでも綺麗に並びきらずに矯正をして、歯を抜く方もいらっしゃいます。

せっかく健康な歯があるのに、抜いてしまうのはもったいないですよね？歯を抜かずに綺麗な歯並びを手に入れるためには、成長期に食べ物をよく噛んで顎を使う事が大切になりますので、なるべく歯ごたえのある物を口にするように意識するようにするといいですね。

11月の診療予定

	月	火	水	木	金	土
西口	清水 笹原 吉田	清水 中西 戸原 吉田	榎本 笹原 中西	笹原 戸原 齊藤	笹原 戸原	榎本 笹原
	白子	白子	清水 白子 吉田	佐藤	清水 白子 吉田	清水 白子 吉田
東口						

11月のインフォメーション

西口 矯正診療日

11日(土) 26日(日)

一般矯正(Dr.清水佳子)診療致します。

院長休診日

10日(金) 午前 18日(土) 午前午後
22日(水) 午後

院長はセミナーの為お休みです。

口腔外科診療日(Dr.丸岡)

18日(土) 午前午後東口診療になります。

X'masイベント参加者募集のお知らせ

日時：2017年12月9日(土) 14:00~16:00

(受付 13:30)

場所：パーミンダイゴウ 北浦和東口

募集人数：30名~40名(お子様)

全体60名~80名くらい(保護者様入れて)

対象：小学1年生~小学6年生までの方

応募者多数の場合、抽選となりますのでご了承下さい

?昔の人ってどうやって歯を磨いていたの?

昔の人の歯並びについて前述しましたが、歯磨きはどのように行っていたのでしょうか？

日本に歯磨きの習慣が伝わって来たのは飛鳥時代(1300~1400年程前)だったと言われていますが当初は、貴族や武士などの限られた人のみ行っていました。そんな歯磨きが庶民の間でも習慣化されるようになったのは、江戸時代以降になります。歯ブラシとして使われていたのは、こちらの「房楊枝」と呼ばれるもの。

柳などの木を18cm

程度の長さになり、煮て柔らかくした後に先端を叩いてブラシ状にしたものです。



ブラシの部分が折れたりしてダメになった場合は、その部分を切り落としてまた新たに叩いて房状にして使っていたそうです。房と反対側の尖っている部分で歯と歯の間の掃除ができ、中間の部分では舌の掃除ができます。

1本で3通りの使い方ができてとても機能的に思えますが、まっすぐな形状のせいで歯の裏側の掃除にはあまり適していなかったようです。このような歯ブラシに、砂状の歯磨き粉をつけて歯磨きをしていました。

今はペースト状なのに歯磨き粉と呼ぶのはそれが由来です。

いかがでしたか？道具は日々進化しておりますが、今も昔も歯磨きをする習慣に違いはありませんでしたね。それだけ私たちの生活には歯磨きが必要不可欠であるという事がわかります。

これからも進化し続ける歯ブラシ・歯磨き粉を使って、お口の健康を維持していきましょう！



うっちーのインビザライン日記



しみデンスタッフ日記リレー



こんにちは！西口受付の内田です(^o^)インビザライン日記第5弾。
 今回はアライナー装着についてです♪前回の記事にも書いた装着前の工程を終えて
 いざ装着です(^o^)/

ん??なんか痛いような・・・?

(カチっとはまると) 痛〜い(;_ _)(;_ _)

とっても痛いです・・・。

そしてアライナーをはめた後【アライナーチューイ】

というアライナーと歯をフィットさせ、歯を

動かしやすくするための弾力性のある棒状のものを

噛むのですが、これがまた痛い(T_T)

私は特に2日目痛かったです(;_ _)

まだ取り外しも不慣れな為、アライナーがなかなか
 外れず、やっと外れたと思っても食事の際、噛むと
 痛みがありました。

でも4日目頃から徐々に痛みが軽くなっていき、
 7日目には食事の際の違和感はまだ少しありますが、
 ほぼ痛みがなくなってきました(^_)v



7日目にもなると、アライナーの取り外しにも慣れてきました♪

痛いときの食事は大変だし、つらいものですが、私は「この痛みは歯が動いている証拠
 なんだ!」となんだか嬉しい気持ちになり、頑張れそう!と思いました☆

きれいに歯並びが並んだあのシュミレーション動画がまた浮かんできます(*^_^*)

今は2つ目のアライナー装着日が待ち遠しいです・・・(#^_^#)

今回は2枚目のアライナーの装着と経過についてです☆

みなさんこんにちは♪西口歯科衛生士の中倉です☆

今年は雨が多く、秋を通り越してしまったくらい寒い日もありますね。

皆さん風邪などひいていませんか?温度変化も激しかったりするので、うがい、手洗いを
 しっかりして体調管理に気を付けましょう☆

先日、まだ寒くなる前に、家族で筑波山のロープウェーに乗りに行ってきました♪

うちには3歳の息子が居るのですが、男の子らしく

乗り物が大好きです☆

標高877メートルの頂上まで行くにはロープウェーに
 約6分ほど乗り、その後約5分歩けば頂上まで
 行けます。

天気が良ければ富士山まで見られたのですが、この日は
 雲がかかっており、残念ながら見られませんでした、
 関東平野を望み、絶景でした☆☆

ロープウェーを乗り継いでケーブルカーにも
 乗ったり、山登りもしたり出来たのですが、
 混んでいたためロープウェーまでにしました。

緑の木々に癒され、気持ちいい風を感じ、とても
 良かったです☆ミ

まだ紅葉の時期でも無かったので、今度は紅葉の
 景色や雪景色、夜景も見てみたいなぁと
 思いました♪

ロープウェーの駅には、おいしい地元のものが
 沢山あり、何を食べようか迷っちゃいました(^_)
 冬場は夜間の営業もしており、クリスマスの時期は

特に混みあっているそうですよ♪是非皆さんも足を運んでみてくださいね♪

