

2013年11月号

しみデン伝

今回はお口のケア用品と使い方をご紹介します。

★歯ブラシ★

・選び方…歯の奥まで届くような少し小さめの歯ブラシを選択します。目安は前歯2本分!



・交換時期…歯ブラシの毛先が開いてきたら取り替えの時期です。毛先がきちんと歯に当たらなくなってしまう。



☆タフト☆



ヘッドが小さめで、コシが強く、水はけのよい毛材が交換時期まで変わらない耐久性でプラーク(歯垢)を落とします。

☆Tepe歯ブラシ☆



むし歯予防の本場、北欧を代表する歯ブラシ。ソフトな密集毛が独特の心地よさで、歯周病予防におすすめ。ヘッドが台形なのも特徴的で奥歯にも届きやすい形になっています。

☆プラウト☆



ヘッドが曲がっていて、毛が密集しており、しなりが少ないため、届きにくい奥歯や、上手く磨けない場所に最適なポイントブラシです!

☆プリニアスマート☆ 音波電動歯ブラシ NEW!!



1分間に約31000回もの高速振動で手用歯ブラシより短時間で効果的にプラークを除去します。用途に合わせて選べる3タイプのヘッドブラシ付き。お風呂の中でも使用可能。

11月の診療予定

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

11月のインフォメーション

西口 矯正診療日

9日(土) 17日(日)

一般矯正(Dr.清水佳子)診療致します。

東口 院長休診日

9日(土) 12時から

27日(土) 29日(土) 午前午後

院長セミナーの為お休みです。

<口腔外科診療日>

(Dr.前田)は<東口>毎週水曜午前まで

<西口>毎週金曜 17時まで

診療致します。

しみデンX'masイベントのお知らせ

日時 12/14(土) 13時半~16時まで

場所 北浦和ターミナルビルクイーンズ伊勢丹3階

カルタスホール会議室

対象者 小学1年生~6年生までのお子様。

内容 参加型の実験や劇、X'masプレゼント抽選会etc

皆様のたくさんのご応募お待ちしております(O^O)/

★フロス★

歯と歯の間、歯と歯茎の境目に溜まりやすい歯垢を優しくきれいに除去する糸です。歯ブラシの届かない隣接点をお掃除出来るのはフロスだけなのです。毎日の歯磨きの習慣と共に、是非フロスを取り入れて下さい。

☆デンタルフロス☆ 平たくコーティングされたフロスが隣接に入りやすく、引っ掛かりにくく、バラけにくい作りになっています。



歯茎にも優しいフロスです。

☆ルシェロ☆

約1400本の極細繊維。



髪の毛約100分の1の細かさのマイクロファイバーが極上のふんわり感。

歯面にフィットし、歯茎にも優しく、くさび状のエッジがプラークを繊維内に絡め取り、しっかり除去できる。

☆子供用フロス☆



小型のヘッドで小さなお子さんの隣接面をソフトにケアする、仕上げ磨きにおすすめのお子様用フロスです。

★歯間ブラシ★



歯ブラシでは磨けない歯冠部のお掃除に有効的です。歯間に合った正しいサイズを選びましょう。無理に入れてはいけません。歯肉部にブラシを入れて前後に動かして使用します。

☆Tepe歯間ブラシ☆ 持ちやすいハンドルです。ワイヤーがプラスチックでコーティングされているのが特徴的で、安心してご利用いただけます。



*他にも沢山の清掃用具があります。患者様一人一人に合ったものを提案させていただきますので、お気軽にご相談下さい。



ラクデントキャンペーン



最近朝晩の急激な気温の変化で体調を崩す方が増えてきていますね。

皆さん体調管理はできていますか？

- ・帰宅したら手を洗い、うがいをする。
- ・暖房など乾燥に注意する、人ごみではマスクを着用して外からの侵入をブロックする・・・などなど予防法は人それぞれありますが、「それでも体調を崩してしまう。予防はしっかりしていたのに何で？」という方は免疫力が低下しているのかも？！

そもそも免疫力とは体内に入ったウイルスや細菌、異物などから自分自身の体を守る力のこと。免疫力が高ければ風邪やアレルギーなど予防することができます。

- ・免疫力は20代をピークに下降し、40代はピーク時の半分になってしまいます。

当院では乳酸菌で免疫力を高めてくれるサプリメント<ラクデント>をおすすめしています！サプリメントと言ってもお薬ではなく健康食品として認定されているのでお子様からお年寄りまで安心して飲んでいただけますよ(*^_^*)

免疫力を上げることがいいと分かって仕事や家事に追われる毎日ではなかなか実現できないですよ(+o+)

<ラクデント>はサプリメントタイプなので簡単に取り入れられておススメですよ♪

まだ試したことのない方はこの機会にぜひお試しください(^o^)/



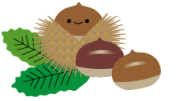
30 カプセル
¥3500



30 カプセル
¥3200



しみデンスタッフ日記リレー



こんにちは。歯科医師の白子高大が担当させていただきます。

今回はこの間の夏休みで行ったカンボジア旅行の紹介をさせていただこうかと思います。アンコールワット、アンコールトム、タブローム、バンテアイスレイ定番の観光地はもちろん素晴らしいのですが、僕のおすすめはベンメリアとトンレサップ湖です。



ベンメリアは近年発見されたばかりでまだ世界遺産にもなっていないため、ほとんど修復されず発見された当時のままの遺跡の様子を見ることができます。

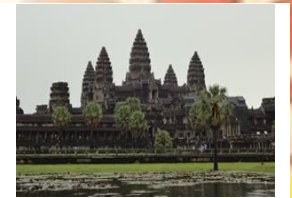


木の根っこの力で遺跡が崩れている様子は、ダイナミックで自然の雄大さを体感できます。

トンレサップ湖は乾季では琵琶湖の3倍、雨季には琵琶湖の10倍にもなる東南アジア最大の湖です。水上生活を営んでいる方も多々おり、水上に売店や学校まであるとても新鮮な光景でした。

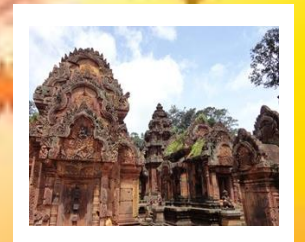


まだまだカンボジアの魅力はたくさんあるので行ったことの無い方は是非一度訪れてみてください。



最後に、カンボジアの平均寿命ってご存知でしょうか。約63歳だそうです。日本人の平均に比べて20歳近く短いですよ。

あくまで平均ですし、長生きがすべてとは思いませんが、生まれて過ごした国の違いで人生の長さが20年も違うというのは驚きというか、いろいろ考えさせられますよね。



そろそろ次の方にバトンを渡したいと思います。ありがとうございました。