

今月は先月に引き続き**歯列矯正**についてのお話です。先月は、矯正の種類や流れについてのお話でしたが、今月は矯正をした方が良くと思われる**歯並びの種類**についてお話をいたします。

叢生(そうせい)



歯が生えるスペース不足でいわゆるガタガタな歯並びの事です。叢生の一番の原因はあごの大きさ、広さが足りないということです。乳歯から永久歯に生え変わる段階で、あごを成長、発達させるために、3度の食事の時によく噛んで食べる習慣をつけることが叢生の原因を防ぐ第一歩です。

【デメリット】

ガタガタしている為、歯磨きがしにくく磨き残しが出やすい**むし歯**や**歯周病**のリスクが高まります。

反対咬合(はんたいこうごう)

下顎前突(かがくぜんとつ)



上顎の成長不足が原因で、他にも、「受け口」や「しゃくれ」などとも呼ばれ、言葉からも分かるように、かみ合わせたときに下の歯が上の歯を覆っているような状態です。



唇を閉じたときも、明らかに下唇が上唇よりも前にあります。乳歯であれば、簡単な矯正装置で治ることもあります。

【デメリット】

見た目が悪い。前歯で上手く噛めない。



4月の診療予定

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



4月のインフォメーション

西口 矯正診療日

12日(土) 20日(日)

一般矯正(Dr.清水佳子)診療致します。

東口 院長休診日

12日(土) 11時まで 26(土) 午前午後

院長セミナーの為お休みです。

口腔外科医のDr.前田は4月から大学勤務になりました
今後の口腔外科診療は当医院からの紹介になります。

上顎前突(じょうがくぜんとつ)

出っ歯



成長期における指しゃぶりや舌癖(舌を突き出して飲み込むくせ)や、鼻やのどなどの病気で正しい鼻呼吸ができず口呼吸を長く続けていた等が原因で、前歯だけが出ているものがあります。飲み込む時に舌が前歯の隙間から出る、指しゃぶり、唇をかむ癖、口呼吸などが主な原因で見た目でも分かりやすく、上の前歯、および前歯全体が前に出ている状態です。

【デメリット】

見た目が悪い。前歯で物を噛み切れない。前歯で噛んでないので、奥歯に負担がかかる。

開口(かいこう)



飲み込むときに前歯の隙間から舌が出る、指しゃぶり、爪、唇を噛む、タオルなどを噛むなどの悪い癖が主な原因で、噛み合わせたときに、奥歯は噛み合っているのに前歯だけ隙間があいている状態です。

【デメリット】

前歯で物を噛み切れない。奥歯に負担がかかる。

以上が大まかな矯正の必要な歯並びのケースになります。矯正を始められる時期や期間、費用などは個人の歯並びのケースによって様々ですので、歯並びについてご心配の方は矯正相談を無料で随時受け付けております。詳しくはスタッフまでお声をお掛け下さい。



管理栄養士のためになる話



こんにちは!!管理栄養士の鈴木です☆

しみデン伝 3月号からスタートしました管理栄養士コーナー、

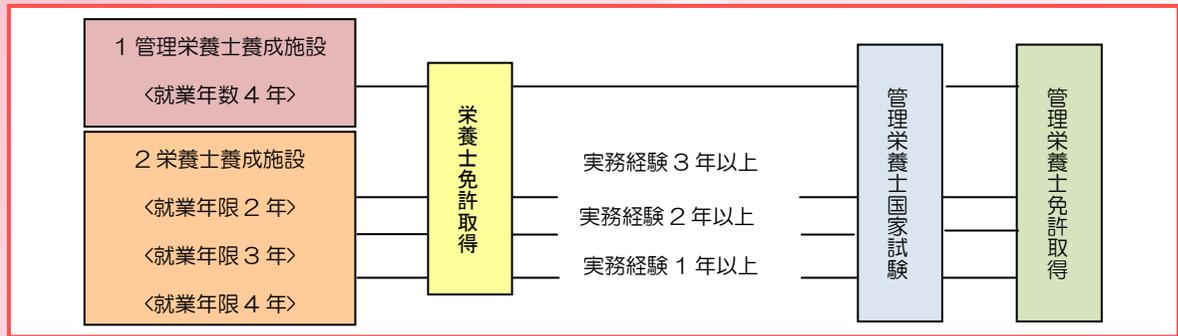
みなさん読んで頂けましたか?(笑)突然ですが、みなさんは『管理栄養士』という資格をご存じですか?いまいちピンとこない方もいますよね?今月は今後しみデン伝の連載をさせていただくにあたって、私がおもっている『管理栄養士』という資格について少しご紹介していきたいと思ひます。



具体的にどんな資格?

食と栄養の関わりが見直される中、将来性ある職種として注目を集めています。厚生労働大臣免許で一般の「栄養士」(都道府県知事免許)の上級職にあたり、できる仕事の範囲や権限も大きくなります。具体的に、病院の医療チームの一員となり栄養指導を通して病気やケガの治療をサポートしたり、福祉施設や学校で給食の管理や栄養教育を行ったり、スポーツ分野での栄養管理に至るまで活躍の場が広い職種だと思ひます。また、栄養サポートの対象者は赤ちゃんから高齢の方まで、病気やケガをされている方から健康な方まで幅広く関わることができるのも魅力だと思ひます。

管理栄養士になるには?



管理栄養士になるコースは 1 つではありません。図にまとめてみました。

私は埼玉県坂戸市にある城西大学薬学部医療栄養学科を卒業しました。図で見ると一番上の 1 の項目にあたるコース、卒業と同時に栄養士免許・管理栄養士国家試験受験資格得て、国家試験に臨み管理栄養士免許を取得しました。その後、ご縁あり、しみデンで勤務させていただいています!!これから、みなさんの食生活のお役に立てるような情報を発信していけたらと思ひます。もし、しみデンに載せてほしいことがありましたら気軽におっしゃって下さい。

また、今後、待合室・受付付近に『栄養・食事に関する質問ボックス』を設置したいと思ひています。何か気になることがありましたらどんな些細なことでも構いませんので、お気軽に利用して頂ければと思ひます☆

しみデンスタッフ日記リレー



こんにちは。

しみずデンタルクリニック西口勤務歯科助手の三浦です。



ゴールデンウィークが目前となりなにかと心楽しい日々ですがみなさんはいかがお過ごしでしょうか?

私は先日いちご狩りに行ってきたのですが、とても素敵ないちご農園だったのでご紹介させていただきます。



「越谷いちご観光農園」とゆう場所で越谷レイクタウンからほど近く食べ放題 30分 1600円です。「とちおとめ」・「紅ほっぺ」・「章姫」・「彩のかおり」の4種類が揃っていて、味比べが楽しめます。通路は広くなっていて、車椅子やベビーカーも問題なく通れるので、お子さん連れの方には、安心して利用できるようになっていました♪

ここでいちご狩りの豆知識☆

- ①行く前に必ず電話する(既に受付が終了している場合があるため)
- ②奥の方から探す(多くの方が入り口近くから探すため)
- ③取りにくいところから探す(多くの方が取りやすいところからとるため穴場)
- ④大きさや形で選ばない(小さいものや形が変だとしても、ヘタの方までしっかり赤く色付いている方が甘くて美味しいため)
- ⑤ヘタの方から食べる(先端の方が甘いため)

みなさんもいちご狩りに行かれた際には、是非これを参考にしてみてくださいね★

