



2017年12月

しみテン伝



周囲に気づかれずに歯並び美人に~第2弾~

今回はインビザラインシステム(マウスピース型矯正)のマウスピース到着から装着までの流れについてのお話です。

前回の検査シュミレーションが終了し、アライナー(マウスピース)が出来上がって医院に届いたら、いよいよ患者さんにお渡しいたします。



アライナーは基本的に10日に1枚使うように設計されていて、人によって必要枚数が違います。

1枚1枚滅菌され個包装された袋に入っているので、とても衛生的です。



歯科衛生士から着脱方法やお手入れの方法をお伝えします。

アライナーをはめる際は、よりしっかり歯とアライナーをフィッティングさせる為、棒状の弾力のある



[アライナーチューイ]という物を噛んで入れます。これが

とても大切です。そしてまずは10日間、アライナーを実際に使用していただきます。

アタッチメント処置

2枚目のアライナーに移る際に、歯に[アタッチメント]という歯と同じ色の材料で出来た突起をつける処置を行います。アタッチメントはアライナーの確実なフィッティングや歯の動きを助ける目的があり、この突起の部分が押されて歯が動いていきます。



12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
東口	白子	白子	清水 白子 吉田	佐藤	清水 白子 吉田	清水 白子 吉田



12月のインフォメーション



西口 矯正診療日

2日(土) 17日(日)

一般矯正(Dr.清水佳子)診療致します。

院長休診日

2(土) 午前午後 8(金) 午前 22(金) 午前午後

院長はセミナーの為お休みです。

口腔外科診療日(Dr.丸岡)

16(土) 午後のみ西口診療になります。

年末・年始のお知らせ

年内診療は28日(木) 17時まで

12/29(金) から1/4(木) までお休み

とさせていただきます(┐┌)

1/5(木) から通常診療になります。

尚 27(水) は院内清掃の為午前中のみ診療です。

IPR 処置

IPRとは歯の移動に必要なスペースを作るために、歯の幅を少しだけ削る処置です。

この処置をすることで、健康な歯を抜かなくても歯を並べることができます。人によって削る回数と量は違ってきます。

アライナーの着脱方法

アライナーを取り外す際は必ず歯の内側から指をひっかけて外します。

アライナーの入りが浅い、また正しい方法で外さないことを繰り返すと、歯の動きが鈍くなってしまったりアライナーをダメにしてしまう原因になりやすいので注意が必要です。

アライナーのお手入れ方法

アライナーは柔らかめの歯ブラシを使用し、1日1回流水下で洗います。また、週に2回

ほど洗剤を使って洗うと、除菌、消臭効果があるので、衛生的に使用することができます。



洗剤は【リテナーシャイン】¥864(税込)で当院にて販売しておりますので、スタッフにお尋ねください(*^_^*)

保管については初回にアライナーをお渡する際、ケースも一緒に入っているので、水分を拭き取ってからケースの中で保管をしてください。



その後はアライナーの使用状況をチェックしますので2ヶ月に1度来院していただく流れになります。その都度分からない事があれば何なりとお気軽にお尋ねください(*^_^*)



キシリトールを使ったおかし直におうちスイーツレシピ



皆様こんにちは！毎日寒い日が続いて、町もすっかりクリスマス一色ですね☆
店頭で販売されているケーキやクッキーなどもクリスマス仕様になって、つついあれもこれもと食べ過ぎてしまうので、むし歯のリスクも自然と上がってしまいがちですね(;_ _)
せっかくの楽しいクリスマスにむし歯で痛い思いをするなんて悲しいですよ(T_T)
そんなむし歯の心配も無く、美味しくお腹いっぱい食べられる砂糖不使用の簡単キシリトールスイーツレシピをご紹介します(^o^)/



X'masキシリトールバタークッキー



【材料】

- 無塩バター 100g
- キシリトール 100g
- 卵 1個
- バニラエッセンス 数滴
- 小麦粉 200g



【作り方】

- オーブンを180度で予熱する
 - 無塩バターを白っぽくなるまで混ぜる
 - キシリトールを加え混ぜる
 - 卵を溶いてから加え、バニラエッセンスを数滴たらし混ぜる
 - 小麦粉を入れてヘラで切るように混ぜ1つにまとめる
 - ラップに包んで冷蔵庫で1時間ねかす
 - 生地を伸ばし、好きな型で抜いて、180度のオーブンで15分焼いて完成。
- あとはお好みでジャムやナッツなどでデコレーションするとよりクリスマスらしくなります☆
簡単に作れますので小さいお子さんと一緒に作るのも楽しいですよね(*^_^*)
ぜひお試しください(^o^)/



しびテンススタッフ日記リレー



こんにちは！東口歯科助手の細田です。
毎日寒いですね(;_ _)皆さま体調崩されていませんか？今年も残すところあと1ヶ月。
体調管理はしっかりして元気に過ごしましょうね(^_^)v
さて話は大きく変わります。今回は私の今年の夏休みの話について書きたいと思います。
私は1年か2年に一度は海外旅行に行く事が目標なのですが、去年は行けず(;_ _)今年こそは！と7月にお休みを頂いてイギリスへ旅行に行ってきました～☆
イギリスには本場の「クナブラザース」がありまして、映画ハリーマニアの実際に劇中で使用されたセットや衣装などなど、日本ではお目にかかれない物が見られるツアーに参加してきました(^o^)スタジオの中はとても広く、じっくり見ると1日では見きれない程の展示物の数ですごく面白かったです☆
次の日はロンドン市内観光で有名なビッグベンへ。
近くで見るととても大きくて歴史を感じさせるオーラがありました。それからイギリス王室バッキンガム宮殿。外周護衛を担当する近衛兵の交代儀式が有名で、訪れた時間に丁度見る事ができました☆その後は大英博物館。これもまたロンドンでは有名ですね(^o^)館内では古代エジプトの石碑「ロゼッタストーン」やエジプトの「ミイラ」など800万点以上展示されています。こちらは大規模な博物館で1日ではとても周りきれません(笑)しかもロンドンの有名な博物館はだいたい無料で入れちゃうんです\(@o@)/！これは驚きました(笑)
他にもカフェで本場のアフタヌーンティーを頂いたり、PUBでご飯を食べたりと、イギリスを満喫してきました☆
弾丸ツアーでしたが、またひとつ良い思い出ができました(^_^)v
皆様もぜひ機会があればイギリス弾丸ツアー行かれてみてはいかがでしょうか(*^_^*)

