

くすくす新聞

2020.09 Vol.63

日中は夏と変わらないような暑い日もありましたが、日が落ちるのも随分と早くなってきました。

秋と言えば様々な秋がありますが、皆様は何を思い浮かべますか？
読者の秋、芸術者の秋、食欲の秋、味覚の秋...
おいしい食べ物が増えるこの季節。お腹を満たした後はしっかりと歯を磨き、口腔内管理をしっかりとしたいですね。

Nicoピュアス

歯科用語 便利ガイド②

歯科用語のため、第2段です。



◦ スタイン → 飲料やタバコなどが原因で歯の着色。

◦ 歯根の腐朽 → 歯根にひびが入りやすい事。

歯の保存が困難になる。

◦ 脱灰 → 歯の表面のカルシウム成分が溶け出す状態。
虫歯の第一段階。

◦ 初期虫歯 → 脱灰におよびた初期の虫歯。
進行すると窩(穴の開いた虫歯)になる。

◦ 板歯 → 虫歯が進行して炎症が起きました。歯髄を
取り除く。

◦ 根管治療 → 板歯、または細菌に感染した根管の治療。
清浄、消毒し薬を塗り(根管封薬)、
ガムパーチャを充填する。

◦ 印象 → 歯や顎の模型を作るための型取りのmp。

◦ 仮歯 → 臨時物や被せ物が入る前に、一時的に使う
仮の歯。Tec, フロピジオ(フロピ)。

DHコラム 口呼吸について

新しい生活様式を心がけていく中で、マスクがかかせなくなりました。そこで、マスクの中でお口はどうなっていますか？
お口がポカンと開いていませんか？
口で呼吸していないですか？

私たちが呼吸をするとき、鼻から入った空気は、喉の奥ではほぼ湿度100%にまで加湿されます。実は口からの空気もほぼ同じくらいまで加湿することができのですが、問題は息を吐くときです。

肺から吐き出されたときの空気の湿度は、ほぼ100%です。ところが、これが体の外に出てくると鼻の穴からと口からとでは水蒸気圧(加湿度)が大きく違ってきます。寒い日に口からハアッと息を出すと暖かくて、鼻からの息より白く見えますよね。鼻の方がより湿度の低い空気を吐き出し、口からの息は余計に水分を体から逃しているのです。

そのため、口呼吸をしたり、ポカンと口を開けたままにしたりしていると、口の中も乾き、歯の表面や歯肉が乾いてしまいます。するとプラークや歯石が付きやすくなり、歯肉も傷つきやすくなります。マスクの中では、口を閉じて鼻での呼吸を意識しましょう。



日	月	火	水	木	金	土
		1	2 11:30~ 14:00 (休)	3	4	5
6 休	7	8	9	10	11	12
13 休	14	15	16	17 12:00~ 15:00 (休)	18 12:00~ 14:30 (休)	19
20 休	21 休	22 休	23	24	25	26
27 休	28	29	30			

前橋市総社町総社 1135-1
TEL: 027-226-1243
FAX: 027-226-1299
HP: <http://kusunoki-shika.jp>
くすくす歯科・矯正歯科

