

くすのく新聞

2021.2 Vol.68



唇の上では春ですが、まだまだ寒い日が続いています。

乾燥しやすく、体調も崩しやすい時期です。今年以上に感染対策をとりながら笑顔で診療を行っていきます。



nicotセックス

暖房を使う季節になると口の中が渴く...
ネバネバして口臭が気になる、舌が痛くなる...
この症状はドライマウスかもしれません!!

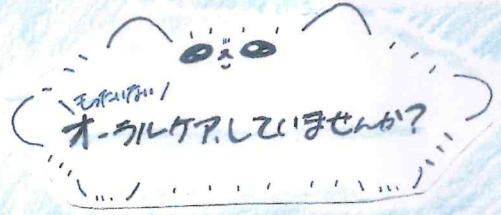


他にも食べ物が飲みこけにくかったり、
滑舌が悪くなることもあり。
近年では若い人にも見られるようになったり、患者は増えています。

①し当たりがあればドライマウスかも①

- ・口の中がネバス
- ・乾いた食べ物が食べづらい
- ・口の端が切れる、口の中が傷つきやすい
- ・口臭が気になる
- ・目や肌乾燥する

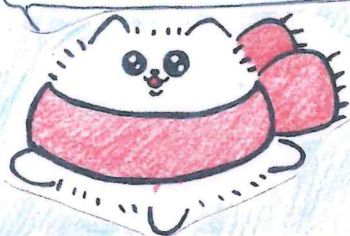
3ヶ月以上の乾きが続いたら歯科の受診を!



「虫歯予防にはフッ素がいい」と歯医者さんに言われたから。
俺はフッ素濃度が1450ppmという高濃度の歯みがき剤を使っていた。
よし、今日もよく磨いた!
じゃあしかりすくか。
歯みがき剤の味が残り気持ち悪いし。



◆生活習慣で症状を改善◆
・こまめな水分補給 ・アメや飴で口を潤す
・加湿器などで部屋の乾燥を防ぐ
・歯みがき剤がよいとする



せめてフッ素濃度の高い歯みがき剤を使っている
に不慣れの水ですぐいでは効果激減!
すすぎは少なめにすると、フッ素が口に残りやすくなる。
すすぎはバット・ボトル・お湯で2杯分程度で1回だけ。
理想です。歯みがき剤の味が残るのが気持ち悪い人は、
すすいだ後にフッ素洗口液を利用するという手
ありです!



日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3 11:30~ 15:00 (休)	4	5	6
休	8	9	10	休	12 14:00~ 16:15 (休)	13
休	15	16	17	18	19 12:00~ 14:30 (休)	20
休	22	休	24	25	26 15:00~ 16:45 (休)	27
休						



メテオライトイオン
空気浄化を行い診療中

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

