

ふじさき歯科 デンタルニュース

2011年 No.19



未曾有の 東北大地震災に 遭遇して

三月十一日の午後、今までに経験したことのない大きな地震に当院も襲われました。平和な日本を突如襲った大災害の始まりです。その後続いて起こった余震、大津波、原子力発電所の崩壊、放射能の拡散、道路、港湾、空港などインフラの潰滅的な破壊。その後の災害の経過はもう皆様十分ご存知のことです。

よく川や海の護岸工事、土手、防波堤などの設計をするときに、何十年に一度、何百年に一度の災害というような尺度で自然災害の大きさを予測して設計すると聞いておりますが、今回の災害は千年に一度という単位であったということに耳にいたしました。さすがにこれほどまでの大災害を予測できなかったのでしょうか。それにしても被災した人々のことを考えると本当にお気の毒と思うしかありません。心からお見舞い申し上げます。

日本の近代史を書いたある本によりますと、日本はペリーの黒船来航以来、何度かの困難な国作りを経験いたしました。一回目は明治維新。太平の江戸時代が終わりすべの事が始まり

となった日本が、そのころアジアの他の国々が次々と西洋諸国の植民地となっていた時代、40年をかけて世界の列強と肩を並べる近代国家を立派につくりあげたのです。しかし残念なことにその作り上げたものをその後の40年間で見ごころに失ってしまいました。そして敗戦国。終戦後今度は廃墟となった日本を国民全員が力を合わせ、復興に力を注ぎ立ち向かったのです。幾多の困難をのりこえまたまた40年ほどたつと世界第二の経済大国に成長しました。このように日本は約40年ほどの周期でもって成長と挫折をくりかえしてきたといえるでしょう。戦後40年ほどしてバブルの崩壊という経済的な破局を迎えたのもその流れのような気がいたします。

しかしながら日本は前述のように数度の国家的破滅状態に陥つたにもかかわらず、その都度見事に立ち直り新しい国家を築き上げてきました。この度の大地震にも見事に復興して新しい日本を作り上げることでしよう。

今回のことで多くの海外メディアが指摘しているのは、日本人の礼儀の良さ、秩序の乱れのなさ、そして助け合い、思いやりのみことさでした。私たち日本人にとつても久しぶりにたくさんのことを思い起こされました。食べ物の喜びを自覚し、あったかいお風呂にいつ

でも入れるという幸福を実感し、不足することの恐ろしさを恐れ、被災した多くの人々と、緒に悲しみ、家族を亡くした人とともに泣き、かつての日本人に見られた質素さ、美しさをこの不幸な事件によって逆に取り戻したように思われました。こんなにすてきな人々がたくさん住んでいる日本は近い将来に今よりもっと素晴らしい国を作り上げると確信いたします。

それにしても恥ずかしいほどがっかりしてしまうのは日本の政治、いや政治家たちです。足の引っ張り合い、内輪もめ、悪口雑言の罵り合い。こんな時にいったい何をやっているのでしょうか、なんとかならないのですかね。

歯学博士 藤崎 真人



レントゲン装置が

新しくなりました。

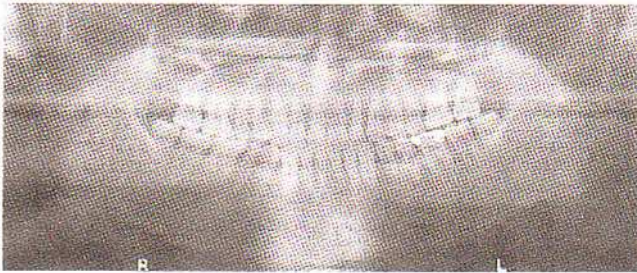
お気づきの方もいらっしゃると思いますが、レントゲン装置が新しくなりデジタル化されました。治療のチニアにモニターが付いたのはコンピュータ上で画像を見るためのものです。

この度新しくした装置には歯科用コーンビームCTが備わっています。医科で使用するCTと違いお口の中という狭い範囲に対応したCTなので少ない被爆量でたくさん情報を得ることができます。

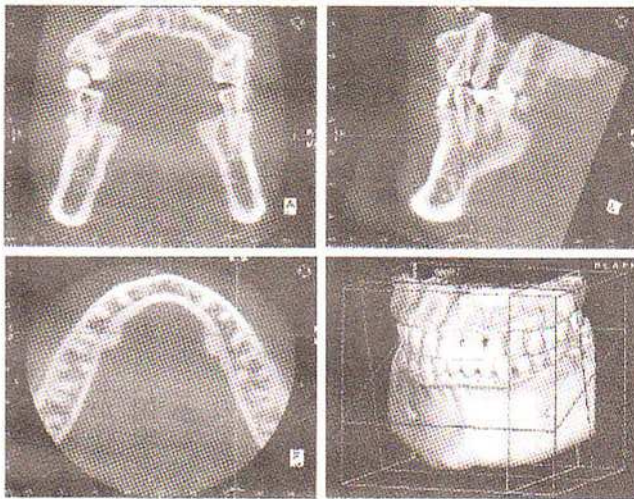
また、従来通りのお口全体を写すパノラマレントゲン、部分的な歯の細かい写真であるデジタル写真もフィルム式のものデジタル化することで、より鮮明で見やすい画像が得られるようになります。さらにレントゲンにはつきものである被爆量もかなり減少させることができます。

では新しい装置では何ができるのでしょうか。

デジタルパノラマ



I-mode (インプラントCTモード)



右下：3Dによる立体画像 左上・左下・右下：それぞれ断面像

セファロ側面2.9秒



CT装置が加わったことで、従来は院外の別の施設に撮影をお願いしていたインプラントの術前検査を院内で行えるようになりました。CTではフィルムのレントゲンのように2次元の情報ではなく、立体的な3次元の情報を得ることができると骨の中の状態や、神経や血管の位置関係などがわかります。現在ではインプラントの治療計画には必要不可欠なものになっていくので治療の前に必ず撮影していただくようにしています。

他にも歯牙の周囲の骨の情報を得ることで歯周病の進み具合が詳細に診断できるようなったり、根管治療(歯の根この神経を治療します)での難症例が把握できるようになったり、親知らずや過剰歯の抜歯などで神経と歯の位置関係を正確に把握することができたりと様々な治療に役立てることができるようになりました。

矯正の診断に必要なセファロ(規格写真)も同様に時間短縮と被爆量が軽減されました。他にもコンピュータ上で画像を処理することでさまざまな診断に使用できるようになりました。

道具ばかりをそろえても使いこなさなくてはなりません。私達スタッフにとってもたくさんさんのメリットがありますが、それを治療に反映することで皆様にも役立つものになると思っています。

被爆量という言葉に敏感になってしまいう昨今ですが、撮影に関しての疑問がありましたら気軽に尋ねてください。

歯学博士 藤崎 玲奈

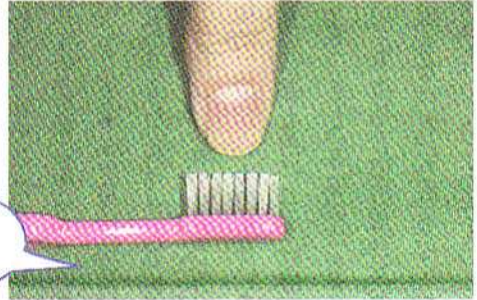
ぞ・ふじさき流

ハブラシの巻



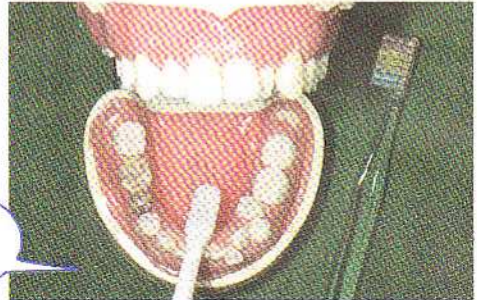
ハブラシはからきはじめてから交換しましょう
交換の日安1ヶ月です。

大きさの日安は親指ぐらいです
大きすぎると細かい部分が磨けません。



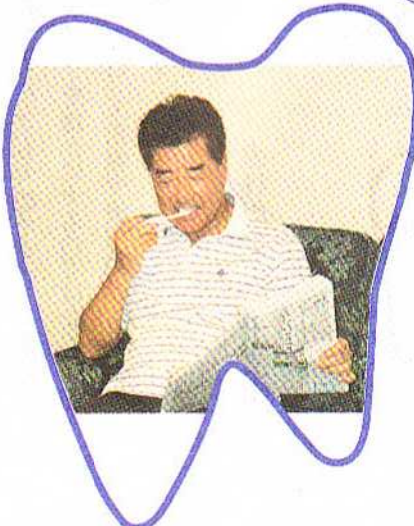
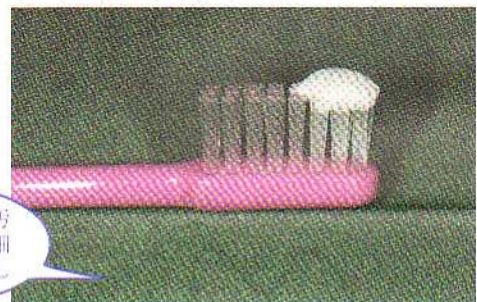
歯と歯ぐきの境目を磨きましょう
歯ブラシの毛先を歯ぐきに向けて磨きましょう。

歯石のつきやすい下の前歯の裏側はハブラシのかかとを当てて磨きましょう。



ハブラシをえんぴつ持ちしましょう
ごしごし磨きでは力が入りすぎてしまいます
ハブラシをえんぴつ持ちすると軽い力で歯ぐき傷めることなく磨けます。

歯磨き粉はほんの少いでOKつけすぎても泡だらけになるだけで汚れは落ちません
はじめは何もつけずに細かい所までしっかり磨き最後にほんの少しつけて仕上げ磨きをしましょう。



座ってブラッシング！！

1日一回は10分以上の時間をかけてブラッシングしましょう
本を読みながらTVを見ながらの時間を有効に使ってみましょう。

歯科衛生士 高橋 渡辺

知覚過敏のふしぎ

治療を進めていくこともあります。
 知覚過敏のリスクとなるような生活習慣たとえば力の入りすぎたブラッシング、歯ぎしりや食いしばり、酸性食品の習慣的摂取などを見つけて出し改善する。

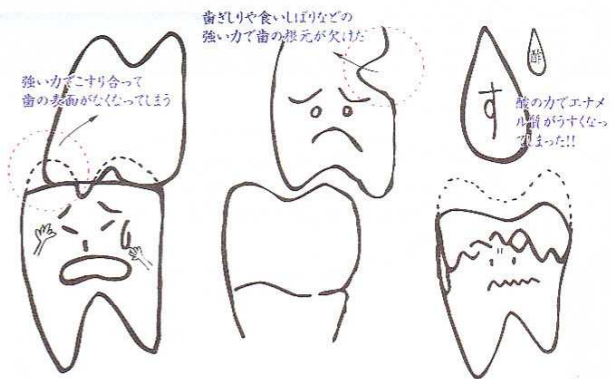
生活習慣の見直しだけではしみる症状がなくならない場合は歯の表面にフッ素や専用のコーティング剤を塗布し外からの刺激を遮断します。しみる症状がなくなった場合も必要に応じてコーティング剤を再度塗布します。また噛み合わせを調整し、噛み合わせにより過度な力を受けている歯を解放させてあげることも大切です。

右記の二つで症状が軽減あるいは消失しない場合は神経で炎症が起きていると考えられ知覚過敏の起きている歯に対し歯質もできるだけ削らずに歯と同じ色の材料を詰め塞ぎます。段階的に治療を続けても改善されない場合は神経を取り除く処置が選択肢となります。しかし神経を取り除いた歯は耐久性が一段と落ちてしまうためあくまでも最終手段となります。

知覚過敏は患者様一人ひとりに原因がそれぞれあり原因の特定も容易ではありません。しかし、その症状に対して適切な処置を行うことで「しみる」という苦痛からすこしでも解放させてあげることができそうです。また治療後も定期的

なメンテナンスを受けていただくことで症状の悪化を防ぐこともできます。それに加え患者様自身の日頃のセルフケアも大切です。「しみる」といつてブラッシングを疎かにするのではなく適切なブラッシングを行うことで虫歯や歯周病からも歯を守っていきましょう。

歯科衛生士 十文字



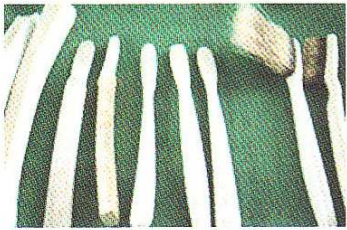
私たちは、通常時の勤務とは別に自主的に課題を決め、勉強した内容を毎月発表し合っています。

歯ブラシの歴史

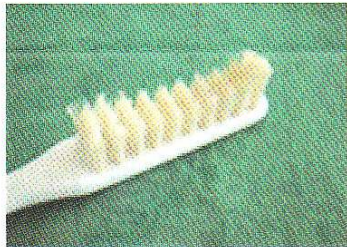
私達はいつ頃から、どのようにして歯を磨くようになったり、また現在のような歯ブラシはいつ頃から使われるようになったのでしょうか。

歯磨きの歴史について実証される最も古い記録は紀元前1500年頃のエジプトのパピルスにあるものといわれています。

「歯木」と呼ばれる、ある種の木片を咬砕したもので歯面をこそいだのが始まりだと思われています。一般に日本における歯ブラシの起源は6世紀に仏教伝来とともに伝わられた「歯木」で



1906年(明治40年)



1950年(昭和30年)



1950年(昭和30年)

口腔清掃をすることに始まったといわれています。このような口腔清掃の起源には世界共通のものがあり、それは医学的な見地からではなく、信仰とともに起こったようです。人々は神に祈る前の身を清める作法の一つとして歯を清掃を行っていたとされています。

その後、現在の様な形の歯ブラシが一般に普及し始めたのは明治20年代の前半ころと考えられています。その当時の歯ブラシの毛は馬や豚、狸、羊などの獣毛を使っていたが、戦後の研究開発により昭和26年頃からナイロンの歯ブラシが出回るようになってきました。このようにして、現在の日本の歯ブラシは明治、大正、昭和、平成へと時代とともに歩んできてきているのです。

歯ブラシの選び方

現在市販されている歯ブラシには多種多様なものがあり、どれを購入したらよいか迷ってしまうことも多いと思います。したがって、選ぶ際には、次の点を考慮して選ぶとよいでしょう。

歯科衛生士や歯科医師に、自分の口腔内にはどんなものが合うか相談してみる。

大きさは見た目と商品の対象者の表を参考にしましょう。

形は一般的には毛の面がストレートで柄がまっすぐなものが多いでしょう。

歯ブラシだけでは完全に歯垢を除去することは困難なため、デンタルフロスや歯間ブラシなど各個人の口腔内状態に合わせた清掃用具を併わせて使うことをオススメします。

ふじぎき歯科医院ではブラッシング指導を行っております。歯ブラシの磨き方、清掃用具の使い方など丁寧に指導していきますので気軽に声をかけて下さいね。

歯科助手 名波

私の趣味

料理作りの醍醐味



今回の趣味のコーナーを担当させていただく事になったのですが、なかなか趣味といえる趣味は無いのですが、あえて趣味と言えるのは、料理です。私は、最近、料理するのが、好きで、休日や休日の前の夜は、料理に勤しんでいます。以前までは、本格的に作ることは無かったのですが、最近では、インターネットや料理本を読んだりして、日々料理のスキルアップに精進しています。気が付けば冷蔵庫の中に、様々な調味料や食材が溢れ返っていて目にするたびにハッピーな気持ちになります。

料理をするといっても、きちんと計ったりせず、目分量と野性の勘で作っているのです、今いち何か足りない感じになり、ゴールを目指していきます。おそらく、見本と全く違う味になってしま

まっていると思いますが、それなりに美味しい一品に出来あがります。その瞬間が、私は好きで、料理の醍醐味と言っても過言ではありません。また、キッチン用品にも、こだわりたくなり、最近ではデザイン性と機能性を兼ね備えた物も多々あり、私の夢は広がるばかりです。いつかは、システムキッチンと統一性のある外国製のキッチン用品で調理してみたいものです。しかし、食事とは、何を食べるのではなく、誰と食べるのが究極の贅沢だと思えます。なので、今度は、両親に作ってあげたいと思います。

料理をして、身体も心も健康に、そして明日も笑顔に迎えられるように、私のこの唯一の趣味を大切にしていきたいと思えます。ちなみに、今夜は、鶏肉とホウレン草とチーズの挟み焼き、アボカドと豆腐のサラダ、ベーコンとコーンの炊き込みご飯でさまり。

歯科医師 木村 友之

新入社員のあいさつ

はじめまして。4月から技工所で働かせていただいています徳井秀次です。栃木県で育ち、歯科技工士なるために2年前に上京してきました。今年3月に専門学校を卒業したばかりで歯科技工士としてまた社会人としても未熟なのでいち早く一人前になれるよう頑張りたいと思います。よろしくお願ひ致します



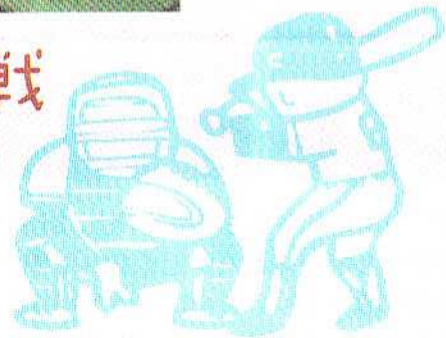
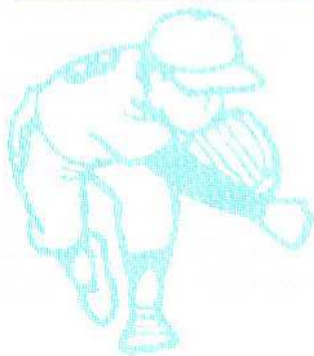
歯科技工士 徳井秀次



私の

趣味

プロ野球観戦



趣味のページということで、今私がハマっていることについて書こうと思います。今私がハマっていることは、プロ野球観戦です。野球好きの父の影響で、小さい頃からスポーツと言ったら野球が1番好きでした。運動オンチなので、もっぱら見る方ですが。父と一緒に球場に足を運ぶこともありましたが、夜ご飯のお供はテレビのナイター中継、なんてこともしばしばありました。野球観戦からしばらく遠ざかっていましたが、最近また野球場に行く機会が増えてきました。自分の応援しているチームがリーグランキングの上位に位置しているのも、その理由の一つでしょうか。やっぱり勝つ試合は見えていて断然楽しいですよ。ビールを片手に野球観戦なんて、最高に楽しいのですが、私はビールを飲むのは時々で、だいたいいつもおにぎり弁当とポテトを食べながら見えています。ちよつとしたジクニツク気分です。野球場に行くとき、試合だけではなく、様々な光景を目にします。ものすごい勢いで旗を振って声を出している応援団から、すごく重そうなサーパーを背負い汗だくでビールを売っているお姉さんや1人で来てやたらと試合にヤジを飛ばすおじさん。目をキラキラさせながら選手を見ている野球部の少年達。この人は何故ここに……?と思わせるような、タンブラー片手に1人物静かに試合を見ているOJさん。色んな人がいて、みんな面白い野球観戦を楽しんでいるように思います。もちろん私もその中の1人です。野球、とっても面白いです。ホームランやヒット、フライングプレーを見ると、わくわくしますし、試合はもちろん、自分好みのカッコイイ選手を探して応援するのも楽しみの一つだと思います。野球場に行くと選手の体格の良さを目の当たりにした時や試合の臨場感を味わう時は、テレビやラジオとは違った楽しさがあるなあと実感します。グラダラと長いこと書いてしまいました。野球観戦の楽しさが伝わったでしょうか。(笑)今年のプロ野球はまだまだこれからです。1度近くの野球場に足を運んでみてはいかがでしょうか。

歯科衛生士 海老名未帆

あしがき

この度 16 年ほど使用していましたがレントゲン撮影装置（フィルム撮影をして現像するタイプ）を、歯科用 CT レントゲン撮影装置に変更しました。これまでのレントゲン装置とは異なりデジタル処理をする為 X 線の照射量が低減され体に優しくなっております。

また、3 次元撮影が可能になった為、歯や顎の骨の状態をモニター上で立体的に見る事ができるようになりインプラントを始め抜歯や歯周病、歯の根の治療など様々な診断を正確かつ安全な治療計画を立案実行することができます。残念なことにまだ CT 撮影は医療保険の適用を受けていない為、自費による撮影診断になりますがなるべく患者様の負担を少なくするため費用を抑えて提供しております



詳しい内容などは担当医にご相談ください。

また先日、当医院の歯科技工所がふじさき歯科医院の上、3 階に引っ越してきました。今までは少し離れた場所（徒歩 3 分くらい）で営業をしていました。近くなった事で今まで以上に歯科医師との連携がとれ、より良い物を作ることが出来ると思います。また、歯の形や、歯の色なども合った技工物を作ることが出来ると思います。技工室もきれいになり心機一転より良い技工物を作製していきます。

事務長 新 井

藤崎歯科医院の 『個人情報保護法』への 対応について

当医院は受診される皆様の個人情報の収集及び管理をさせて頂いております。

歯科医院における個人情報とは、受診される方の氏名、住所、生年月日、電話番号、職業、健康保健情報、問診表、診療録、診療内容、エックス線写真などがあります。そのような個人情報を守り、安心して治療が受けられるよう努めます。

患者様とのコミュニケーションとして毎年、年賀状・デンタルニュースを発送しておりますが、希望されない場合は情報を削除いたしますので受付までご連絡下さい。

2011年発行

ふじさき歯科

診療時間 午前10:00～午後7:00（受付6:30まで）
休診日 日曜・祝日

〒175-0082 東京都板橋区高島平 8-5-6 オフィス 805 2F

TEL 03(3935)6471 FAX 03(3935)6606

<http://www.fujisaki-dent.jp>