

# カム カム! ファミール

皆様、こんにちは！いつも「カムカム！ファミール」を読んでくださりありがとうございます。

突然ですが、皆さんは自分の好きな食べ物を何でも美味しく食べられていますか？  
家族と同じ食事ができていますか？親しいお友達と、何でも好きな食事を楽しめていますか？  
おしゃべりは滑舌よくできていますか？親しいお友達の前で、大きく口を開けて笑うことができますか？いかがでしょうか。



歯があったときには当たり前だったことが、歯を失うことで「できなくなってしまった」ことはありませんか？  
歯が失われることによる悪影響は、①食事がおいしくなくなる ②顔の輪郭が変わり、表情が老けて見える  
③認知症を進行させる ④頭痛や肩こりが起こりやすくなる ⑤口元が気になって上手く話ができない などがあります。

反対に歯があってよく噛めると良いことは、①元気で過ごせる期間（健康寿命）がより長くなる ②脳の働きが活発になり、老化防止（ボケ防止）効果がある ③ストレスをコントロールするホルモンが増加したり、内臓脂肪が分解され肥満を防ぐ  
④唾液が増え、パロチンという「若返りホルモン」が分泌され、美容効果がある ⑤お口周辺の筋肉が鍛えられ、アゴやフェイスラインをスッキリ引き締めてくれる などがあります。

歯を失った場合、補う方法は入れ歯やブリッジ、インプラントがあります。  
入れ歯の平均寿命は4年、ブリッジの平均寿命は8年、インプラントは10年経っても大丈夫と言われており、自分の歯と同じようにしっかり噛めるインプラントは丈夫で長持ちしてくれます。



「入れ歯やブリッジでどうもしっかり噛めない」「昔、自分の歯があったときのように何でも好きなものをしっかり食べたい」そんなお悩みがありましたら、お気軽にご相談下さい。

医療法人QOL ファミール歯科 院長 原 博章

## 診療カレンダー

★ … 勉強会の為、午後の受付は15時からです。

4月 休診日

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

5月 休診日

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	★11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	★21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

6月 休診日

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

### < 4月のスケジュール >

- 15日(木) 休診 / PM矯正診療日
- 17日(土) 矯正相談日
- 19日(月) Dr.岡上 不在
- 30日(金) 午後受付15時～

### < 5月のスケジュール >

- 11日(火) 午後受付15時～
- 15日(土) 矯正相談日  
Dr.山本 不在
- 17日(月) Dr.山本 不在
- 20日(木) 休診 / PM矯正診療日
- 21日(金) 午後受付15時～
- 22日(土) Dr.岡上 不在

### < 6月のスケジュール >

- 8日(火) 午後受付15時～
- 17日(木) 休診 / PM矯正診療日
- 18日(金) 午後受付15時～
- 19日(土) 矯正相談日  
Dr.岡上 不在

## 歯の詰め物、かぶせ物について

今回は、歯の詰め物、かぶせ物についてお話します。

皆さんは歯の詰め物やかぶせ物について、どのくらいご存知ですか？

「銀歯を被せたら、その歯はもうそれで大丈夫。」と思われる方がいますが、実はそれは間違いです。被せたからこそ、歯磨きはより一層気をつけなければなりません。それぞれについてご説明します。

まず、詰め物でよく使われる材質がレジン（プラスチック）です。これは光で固まる材質で出来ており、小さい詰め物に使われることが多いです。強度は金属には劣りますが、小さな穴（むし歯）であれば、奥歯にも使えるようになってきました。

虫歯が大きくなり、強度的にプラスチックで詰めることが出来ない場合や、神経を取った後の歯は、型を取り技工所で作製し、後日詰め物やかぶせ物を装着するようになります。保険診療では、基本的には金属、いわゆる銀歯を用います。強度は比較的強いですが、見た目が悪く、磨き残し（プラーク）が付着しやすく虫歯になりやすいというデメリットがあります。また温度変化に弱いため、熱いものや冷たいものを飲食すると伸縮し、自分の歯と詰め物に隙間ができ、そこから虫歯菌が侵入することもあります。金属アレルギーになる可能性もあります。

保険外診療では、セラミックという白くて丈夫な素材で作ることができます。保険診療の金属との大きな違いは2つです。

1つ目は、ご自分の歯と同じような色や形を再現できることです。

ただし、そのためにはお口の中の写真を撮影したり、仮歯を使ってもらう期間がある程度必要です。

2つ目は、虫歯になりにくいという事です。セラミックは性質上、金属に比べて汚れが付きにくいいため虫歯になりにくく、また金属よりも温度変化による伸縮もしにくいいため、経年変化が少なく長持ちします。

ただし、きっちりとした被せ物を作るためには、保険診療よりも完成までにかかる治療期間は長くなりますので、予めご理解下さい。

これから詰め物やかぶせ物をする際は、スタッフとよく相談してください。「今、入っている銀歯を替えたい」でも大丈夫です。スタッフへお声掛け下さい。



### レジン治療



術前



術後

### セラミック治療（自費治療）



銀歯の下が  
大きなむし歯  
に…!!



わかばやし あゆ 歯科衛生士「若林 歩由」と、受付の「田中 美月」、  
たなか みづき  
「義藤 麻由」が新しくファミリー歯科の一員になりました！

趣味は映画鑑賞です！

趣味はショッピングです！

趣味はアニメ鑑賞です！



若林 歩由



田中 美月



義藤 麻由

サーモグラフィー体温計を  
導入しました！

NEW!!



来院されましたら  
まずこちらで  
検温のご協力をお  
願いします。



※マスク着用のまま検温出来ます。