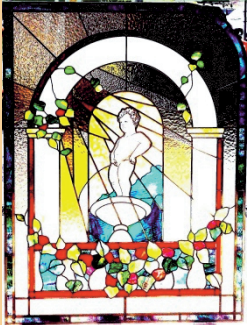


0566-21-0211

こんにちは。院長の久田和明です。皆さんは歯磨きを一日何回しますか？ 今回は日本人の最新のお口事情とHPよりスタッフブログの一部をお届けします。お口の健康を守るために是非参考にしてください。引き続き今回が第12号となります。

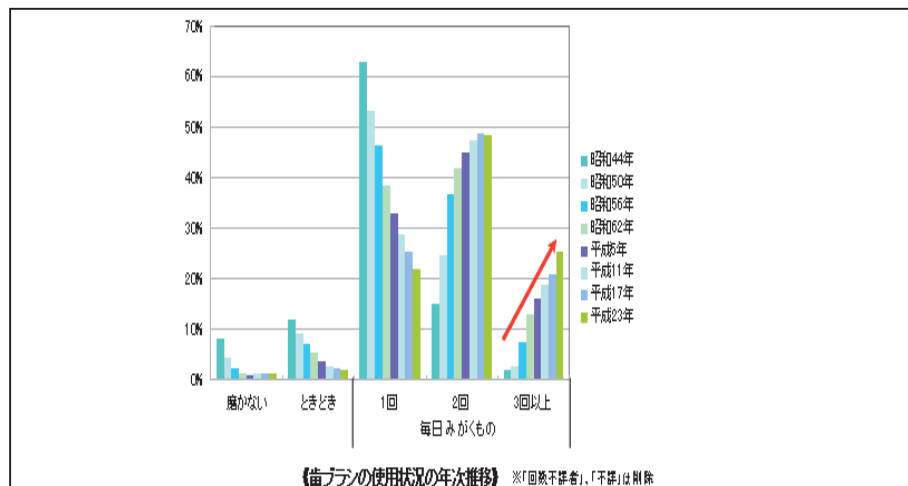


☆日本人の最新お口事情

《大規模疫学調査 厚生労働省「H23 歯科疾患実態調査」より》

歯みがき回数は依然増加傾向に。歯みがきだけのセルフケアは不十分。

毎日2回以上歯みがきを行う人が7割以上になりました(1日2回48.3%、3回以上25.2%)。さらに、3回以上磨く人は前回の調査時より4.4ポイント増加しました。



日本人の口腔ケア意識は格段に向上しました。歯みがきを1日に2回～3回以上行う方が増えているというのも良い傾向だと思います。しかし、1日3回以上歯みがきをする人はまだ25%程度ですから、まだまだ多いとは言えません。歯ブラシの届かない歯間部を掃除するデンタルフロスや、口内細菌を殺菌するマウスウォッシュなどを組み合わせることが重要です。そして、歯科の定期検診に加えて、予防意識を持って日常のオーラルケアを行うことが何よりも大切だと考えます。

医院のお花



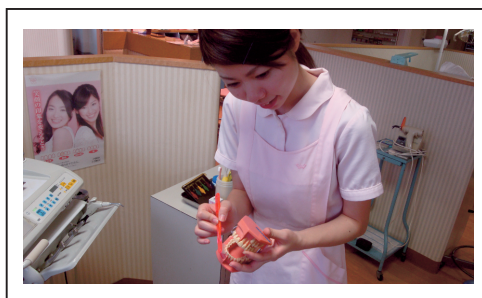
日本人がこれからオーラルケアで留意すべきポイント】

- 歯みがきの回数が増えることも重要ですが、それに加えて、口内を殺菌することが重要です。
- セルフケアには、歯みがきだけでは落とすきれない口内細菌をコントロールするマウスウォッシュや、歯間部の汚れを落とす歯間ブラシなどの併用が大切です。
- 毎日のセルフケアだけでなく、歯科での定期検診を受けましょう。



☆ スタッフ ブログ より

山本 ○○○

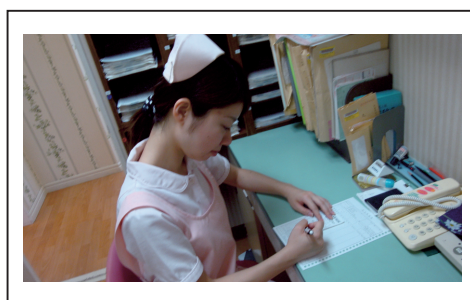


働き始めて5年目になりました。患者さんとはお口の調子をお話するのはもちろんですが、プライベートなお話しをするのは1つの楽しみでもあります。ある患者さんが、夏休みの時期になると孫が家に遊びに来るから大変なの、と話している方でも、顔はすごくうれしそうなので楽しみなんだなあと感じ、こちらもとてもうれしい気持ちになりました。

他にも、お話ししているうちに地元が同じという患者さんと地元民しか知らないようなお店の話で盛り上がりました。

そういった他愛もないおしゃべりで、患者さんと仲良くなったり少しでもリラックスしてもらえたら本当にうれしいです。

一人暮らしの高齢者の方も患者さんに多いので、そういった方との話し相手や、歯医者は痛い、怖い、と思われている方でも歯医者は悪くなったら来る所と思わずに、気軽に来ていただけたらいいなと思います。



追記:『日本人の最新お口事情』 『スタッフ ブログ』

は 当院 HP :www.kyougoku.jp

に詳しく、掲載されております。

是非ご覧ください

京極歯科

〒448-0844 刈谷市広小路3-33 (木・日・祝は休診です)

電話予約 ☎ 0566-21-0211

ネット予約 インターネットで [刈谷市 京極歯科](http://www.kyougoku.jp) で検索してください。(24時間対応)

HP…<http://www.kyougoku-dental.com> <http://www.ireba-aichi.com> <http://www.kyougoku.jp/>

歯の健康は、からだ全体の健康にかかわってきます。むし歯や歯周病の予防には、正しい知識と日頃のケアが大切です。

歯周病が心配でしたら、気軽にお電話ください！



久田 和明

歯学博士

歯科理工学専攻

趣味はへたなゴルフ

かかりつけ登録で
当院情報が届きます→



高品質な医療・患者への入り口。
Fine Doctor
フラインドクター