

トイストーリー

E.T./輝夫先生

フェイスオフ/院長

天使と悪魔/事務長

ワンピース

アルマゲドン/阪口

Mr.&Mrs.スミス

名探偵コナン/小泉

タイタニック

酔拳/寺田

ケロロ軍曹

天気の子/影廣

君の隣を食べたい

SPEC/岩田

ピースオブケイク

/永田



ライフイズビューティフル/植西

チャイルドプレイ

ドラえもん/安食

君に読む物語

アラジン/東野

トイストーリー

アベンジャーズ

/千秋

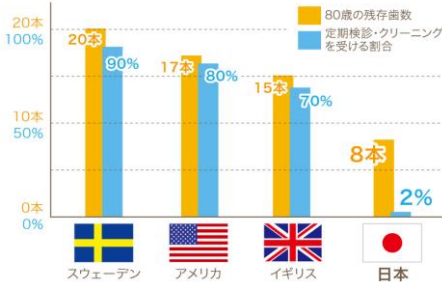
ショーシャンクの空に

キューティブロード

/朝日

## 3か月に1度が理想的な歯の定期健診の頻度!?

国別定期検診と残存指数のグラフ



歯周病の有病者率は20代で約7割、30~50代は約8割、60代は約9割…「人類史上最も感染者数の多い感染症」と2001年にギネス世界記録に認定されています。

しかしながら、この15年の間に、歯周病治療は急速な進歩を遂げました。以前は「不治の病」とさえ言われていた歯周病も、現在では進行を阻止し、あなたの歯も残すことが可能です。

## そのために大切なのが「診断・治療・メンテナンス」です!

まずは「**診断**」—歯周病は自覚症状があまりなく、自分でチェックするのも難しいため、自分が歯周病であると感じていない人も多くいます(再診の方のお口の中の変化を診ます)。

1) 歯周ポケットの深さを調べる検査、2) エックス線写真で歯を支えている骨の状態を調べる検査、3) 歯周病の原因となる歯の周囲の汚れ(歯垢)の付着状況を調べる検査で診断します。

次に「**治療**」—歯科医院で歯周病治療(歯垢や歯石の除去など)を行うと歯周病菌数が劇的に少なくなります。治療後は処方された歯ブラシや歯磨き粉を使ってご自宅でのセルフケアを続けましょう。そして最初の検査から約1カ月後に必ずもう一度「**診断**」を受けてください。なぜなら歯周病菌は治療によりゼロになるわけではなく、再び必ず増殖してしまうものだからです。

## そして「メンテナンス」へ—

細菌数がもとの状態に戻るのが「治療」が終了してから2~3か月後と最近の研究で明らかになりました。つまり増殖した細菌によって再び歯や歯茎に悪い影響が出る前、年に3~4回の定期的な来院で歯科衛生士によるメンテナンスを受け、細菌を取り除く必要があります。歯石になる前の歯垢の段階で取り除くことが一番重要ですので、3か月に一度のペースで定期健診を受けている方はお口の中を無理なくきれいに保てると言えます。

歯周病の進行阻止!



「歯周病の進行を止めるお手伝い」が、  
歯科衛生士の仕事です。  
我々はそこにやりがい、使命を感じ頑張っています!



カンタンで  
おいしい!

お弁当にもおすすめ。  
定番の一品に!

## 「さつまいものきんぴら」

### 主材料

- さつまいも…200g
- 黒ごま…少々
- サラダ油…大さじ1
- 砂糖…大さじ1/2
- しょうゆ…大さじ1と1/2
- 酒…大さじ1
- ごま油…小さじ1

### 作り方

①さつまいもはよく洗い、皮をつけたまま斜めに薄切りにする。さらに4~5cm長さの細切りにし、すぐに水につける。水を3~4回かえてしっかりとアクを抜く。

②フライパンにサラダ油大さじ1を熱し、水けを拭いたさつまいもを中火で炒める。

2~3分間炒めたら、砂糖、しょうゆ、酒を加え、炒め合わせる。仕上げにごま油をふり、黒ごまを散らす。



大好評につき、今月もロイテリ菌(プロデンティス) ~~通常3,240円~~⇒税込2,800円!

お口の中では常に善玉菌と悪玉菌の戦いが24時間365日繰り返されています。善玉菌を定期的に補給して、口内でしっかり育ててに役立てましょう。