



沖歯科医院便り

発行/沖歯科医院 〒053-0855 苫小牧市見山町4丁目1-6

☎0144(72)8558 ☎0800(800)8545

<http://www.oki-dentalclinic.com/>



歯科健診を定期的に受けましょう！！

皆さんの歯とお口の健康のために、沖歯科医院では下記のような歯科健診や歯科相談、むし歯や歯周病予防のための治療を行っています。

1. 《むし歯のチェック》 むし歯は、歯の噛む面やつけ根だけでなく、歯と歯の間などの直接見えないところにもできやすいものです。また、一度治療した歯でも、新たなむし歯ができることもありますので、定期的に虫歯ができていないかチェックしてもらいましょう。
2. 《歯ぐきのチェック》 歯のまわりのポケット（歯周ポケット）が深いと、歯周病になります。歯周ポケットの深さはどのくらいか、チェックしてもらいましょう。
3. 《ブラッシング指導》 歯と歯ぐきの正しい磨き方は、歯並びや歯磨きの癖によって、一人ひとり違うものです。歯ブラシ・フロス・歯間ブラシなどの正しい選び方や使い方を歯科医師や衛生士に教わりましょう。
4. 《歯垢、歯石を取る》 歯垢は細菌の塊です。歯ブラシで取りきれなかった歯垢を放っておくと、歯の作った酸が歯の表面のエナメル質を溶かして虫歯の原因になります。さらに歯垢はそのままにしておくと2日程で歯石へと変わってしまい、歯肉を圧迫するなどして歯周病を引き起こす原因の一つとなります。歯石は自分で取り除くことは困難ですので、定期的に歯科医院で取り除いてもらいましょう。
5. 《歯科相談》 むし歯や歯周病についての悩み事以外に、顎の痛み（顎関節症）、噛むこと（摂食）、飲み込むこと（嚥下）についての指導や治療、また訪問歯科診療（往診）も可能ですので、要介護者のお口の中のケアなどについてもお気軽にご相談下さい。

院長 沖 次郎

ポイント? “歯とお口”のトリビア

国によって様々! 歯並びの印象

歯並びは、人の印象を大きく左右するものですが、そのとらえ方は国によって様々です。例えば“八重歯”。日本では「可愛い」という印象を持たれることが多いと思います。アイドルの八重歯に憧れたり、“つけ八重歯”が発売されたり、矯正で八重歯にしたい人が現れるほどです。しかし、欧米では八重歯は「ドラキュラ」を連想させ、あまり良い印象は持たれません。“八重歯”はいわゆる歯並びが悪い状態なので、それを矯正せずに放置していることにも疑問を抱かれるようです。

また、前歯に隙間のある“すきっ歯”は、日本では「隙間をなくしたい」と考える方が多いと思います。しかし、フランスでは歯と歯の間から幸運が入ってくると考えられ、「幸運の歯」と呼ばれるほど珍重されています。かつてフランスの支配下にあった西アフリカ・セネガルでも、“すきっ歯”は「美人の証」となっているようです。なかなか面白いですね!