

力加藤新聞

歯科医院でのスケーリングが

あなたの歯と骨を救います。

Q 歯みがきは朝晩していて歯はきれいはずなのに歯ぐきから血が出ます。何故でしょう？

A、歯みがきでは取りきれない歯垢と歯石が歯ぐきの下に溜まっているのです。歯科医院で除去しましょう。

歯周病になると、歯ぐきが赤く腫れます。これはなぜなのでしょう。歯垢（プラーク）＝細菌のかたまりがお口の中にできると、体はそれを入れまいとします。細菌を退治するために血液の中の白血球が毛細血管を通じて歯ぐきに多量に送り込まれてきます。すると血液が集中し、毛細血管は拡張します。細菌の攻撃から体を守ろうとするこうした生体の免疫反応が炎症、つまり歯周病なのです。そうなると少しの刺激でも出血するようになります。細菌の力や数が勝り、体の免疫機能が負けると炎症が更に広がり、ついには歯の下の方（歯槽骨）にまで及びます。そうすると歯はグラグラし始めます。

それではこうした悪化を阻止するにはどうしたら良いのでしょうか？それは炎症の原因である細菌を減らすこと。それに限ります。

細菌の棲みかである歯垢（プラーク）はブラッシングでも除去できませんが、かなり上手な方でも除去率は七十%ほどと言われています。歯ブラシでは届かない歯周ポケットの奥深くに歯垢や歯石が隠れているはず。そこで、歯ぐきに隠れた歯垢と歯石を徹底的に取り去るために歯科医院ではスケーリングを行います。是非、歯科医院の定期健診とスケーリング、そしてご自宅でのケアでああなたの歯を守っていきましょう！

水銀のはなし

先日、ニューヨークの寿司店のマグロから大量の水銀が検出されて販売禁止になったという記事が掲載されましたが、これは紛れもなく海洋汚染の結果生じた問題であり、一番の原因は石炭を使用した火力発電所から排出される煤煙中に含まれる水銀と言われています。大気中に放出された水銀は雨とともに海中に至り、プランクトン、小魚、中魚を経て最終的にはマグロのような大きな魚の脂肪中に蓄積します。このため他の魚を食べて長生きしている大型の魚類や乳類の体内には多くの水銀が蓄積しています。水銀は神経の発達を阻害しますので、こうした魚類は、妊産婦や、育ち盛りの子供にとっては避けるべき食品といえます。考えすぎると食べるものが無くなってしまうのですが、最低限の危険性は理解しておくべき時代になったといえそうです。

アマルガムには水銀が使われ

ているけど大丈夫なの？

アマルガムに含まれる水銀が有害であることはなんとなくは理解できますが、具体的にどのような弊害をもたらしているのでしょうか？

ようか？

MS Multiple Sclerosis: 多発性硬化症とは、難治性の神経疾患であり、その原因も治療法も明らかになっていません。

徐々に始まる神経障害から、最終的には死にいたる難病です。

アマルガム撤去前と後で、MS患者の脳脊髄液を調べたところ、含まれるタンパク質の組成に、大きな変化が見られたという論文があります。

この論文は、アマルガムがMSの原因であると断定するものではありませんが、アマルガムに含まれる水銀が、脳脊髄液の性状にまで、大きな影響を及ぼしていることを示唆する貴重なものと言えます。君子危うきに近寄らず。アマルガムの撤去は積極的に行うべきと考えます。

↓ アマルガム



「入れ歯が合わない」と思ってたっしやる方はいませんか？

● その原因は？

↓患者さんによっては入れ歯が合いくい方もおられます。土手がやせていたり、フニヤフニヤしている方は合わない入れ歯を無理に使っているとますます合いくなくなってしまう。そうならない為に定期的な受診をして頂き、なるべく土手を失わないように大切にしていって頂きたいのです。

自分でできる入れ歯のチェック

- ① 話しているとき矢食事中やはずれやすくなった
- ② 食べ物がよく咬めなくなった
- ③ いればの歯の部分ですり減ってきた
- ④ 床（ピンクの部分）にヒビが入ったり、バネが壊れた
- ⑤ 歯肉が痛み、赤くなっている又は傷ついている など・

新しいスタッフが増えました

二月から加藤歯科医院の一員として頑張ることになりました。患者様から加藤歯科にきて良かったといわれる技士士になりたいです。

かわぐち
ひろゆき
さんしゅうにさい
です。

野村さんの挨拶



この加藤歯科に来てあつという間の一年八ヶ月でした。何もできない自分でしたが、周りのスタッフの人たちにサポートしてもらい何とか頑張ってきたと思います。本当に感謝の気持ちでいっぱいです。短い間でしたが本当にお世話になりました。ありがとうございました。

お知らせ

三月八日（土）
二十二日（土）は研修の為休診させていただきます。

今月の「フィルム」

今月は加藤洋子さんです。

最近たまにパンと作ります

三年前までの数年間 自分の中でパンブームでした

給料の自分の自由になるお金をパンにつぎ込み 寝る間もおしんでパンを焼き

焼いてはまわりの人達にもらつていただき 何かにとりつかれたように ひたすらパンを焼いておりました

ある日 正気にもどったのか 飽きてしまったのか パタッと焼くのをやめてしまいました

パンの道具にはほこりがつもり そのまま三年つかわれぬまま ある日 友人にパンをたのまれ 久々に 「よし焼くか」

つという気になりました

少しずつイーストの香りが部屋にたちこめてきます

いらぬ事を考えず イーストの香りの中で ひたすらパンを捏ねて 成型して

オーブンの中のパンを見ながら 「よしよし ふくらんできた」 つとニヤニヤ

なんか幸せ

そう パン作りつて幸せなことだったのです

あ そうだった 忘れてた

やり過ぎて苦痛になって 気持ちの遠のいていた やり過ぎは大切な事が逆に見えなくなるのでしょうか

何事も 腹六分目

人間関係も腹六分目がずっといい関係でいられる つとテレビで誰かが言っていました

でも 腹六分目って どのあたり？

判断するのが難しい

加藤からのお知らせ

七月よりメルマガを配信する予定です。

加藤歯科医院の情報を皆様にも受け取っていただけるよう月々楽しい内容でお送りしたいと思っています。

それにあたって、皆様の携帯のメールアドレスを募集しております。

加藤歯科医院ホームページより登録をお願いいたします。

www.kato.or.jp

スタッフ十先生に聞きました

「何か自慢を教えてください。」

・ノックがうまいこと 岡 大輔

・アキレス腱を切っても走ったこと 野村 佳代

・よく寝る 河口 弘幸

・歯列がきれいなこと 河野 さやか

・素早く階段を降りることができる 作本 優子

・体が柔らかいこと、好き嫌い無く大体の食べ物は食べられる 奥田 友美

・高校のときバトミントンで山口県2位になりました。 中角 小夜

・家族の誕生日は必ず手作りケーキを作る 桑野 あや

・あたしの胃袋は宇宙です。子供とすぐ仲良くなれる 愛屋 ひとみ

・小学生のとき、牛乳早飲み3秒でクラスの子一番だった 加藤 洋子

・食べ物の好き嫌いがいいこと 加藤 彰

「もう一つ、尊敬している人は？」

・中学の塾の先生 岡 大輔

・母 野村 佳代

・親 河口 弘幸

・母です 河野 さやか

・奥田さんと技工室の皆様です 作本 優子

・父と祖母とYUKI様です 奥田 友美

・大泉洋さんです 中角 小夜

・自分の母親 ↑神ですね！ 桑野 あや

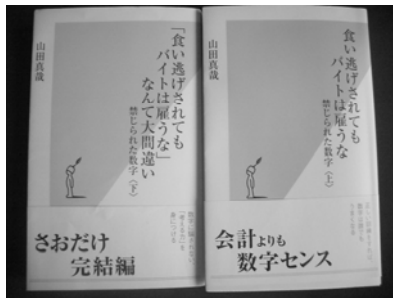
・お母さま♥おばあちやま 愛屋 ひとみ

・両親 加藤 洋子

・スタッフ 加藤 彰

彰先生の今月の

おすすめ図書のコーナー



食いつけられてもバイトは雇うな

禁じられた数字上下

「食いつけられてもバイトは雇うな」なんて大間違い

著書 山田真哉
出版 光文社新書

彰先生の解説

今回の推薦本はこれ、さおだけ屋はなぜ潰れないのか？がビックヒットした山田真哉さんの本、数字に騙されない常識にとらわれない「考える力」を身につける事ができる本です。あつという間に読め、多くの気付きが得られた会計本です。

あとがき

今月も加藤新聞を読んでいただきありがとうございます。上のお知らせにも書いてある通り、七月からメルマガ配信予定です。どういう感じになるのかは私は分かりませんが、きつとお得な情報盛りだくさんだと思いますので、是非とも登録おねがいします。

それと、前回の「あとがき」に書いた影響がわかりませんが、新聞の減り方がハンパなかったです。あつという間に無くなって何回も印刷しては追加していました。嬉しい限りです。今月も遠慮せず、どしどしお持ち帰りください。

関係ないですが実は、この「あとがき」毎月結構書くの楽しみなんですよ。新聞の毎月の内容量によつて「あとがき」の書くスペースが決まるのですが、多いときは「よっしゃや」と思つて、少ないときは「ちくしよ」と思うのです。今月は他のコーナーを詰め詰めにして「あとがき」のスペースを無理やり作りました。新聞丸々「あとがき」でも良いくらいです。来月そうしましょうか！こういう私のボヤキを永遠と・・・いやいや、ねえ。それにしても洋子さんのコラムはなんかいいですね。そこだけ時間がゆつくり過ぎていく感じが私はしました。それでは来月号も宜しくお願いいたします。