

加藤新聞



●酸蝕症

酸蝕症とは？

「むし菌菌が出す酸によって歯が溶ける」のがむし菌。酸蝕とは、それとは違って、酸性の食べ物や飲み物に歯が触

れることで起こります。



じつは、どんな人でも日常的に酸の影響を受けてはいますが、唾液の力によってエナメル質が補修され、そのバランスが保たれているおかげで歯の健康が維持されています。

でも、そのバランスが崩れて、酸の影響を過剰にこうむるようになった

ときに、酸蝕という問題が生まれてきます。

その度合いが大きいものを、将来問題になりそうだというものも含めて「酸蝕菌」と呼んでいます。

酸蝕症になる原因は？

酸蝕菌になりやすいかどうかは食習慣、そして生活習慣によります。

ふつうは、頻繁に酸に触れないかぎり酸蝕菌にはなりません。

でも、毎日続けているライフスタイルのなかに酸蝕菌になるリスクが含まれていると知らないうちに繰り返されて悪化します。



酸蝕症の予防

それでは、自分でできる酸蝕予防にはどんなものがあるかご紹介しましょう。

「これで万全」とは言い切れませんが大きなリスクを回避することができます。

- ① 酸性の飲食物を口にしたらそのあとすぐ水やお茶を飲む。
- ② 酸っぱいものを食べたなら30分ほど歯みがきを控える。
- ③ 軟らかい歯ブラシを使う。
- ④ 口が渴いているときは酸性の飲み物を避ける。
- ⑤ フッ素入りの歯磨き剤やジェルを使う。
- ⑥ 赤ちゃんに哺乳瓶でジュースを飲む習慣をつけない。

◎今月のコラム◎

徳永 佳奈

いつも加藤新聞をご覧頂き、ありがとうございます。技工士の徳永です。

前は祖父母の家で飼っている猫について書かせて頂きました。

猫は相変わらず可愛くて、最近ちよっと懐いてくれるようになりました。猫かわいいよ猫。

話は変わりますが、最近実家に戻りました。

約5年振りの親との同居に、少しとまどいながらも楽しくやっています。

私の母はとても花が好きで、家の庭でも沢山の花を育てています。

私は、特に花が好きというわけではないのですが(笑今は朝顔の成長が楽しみですで仕方ありません。

最近天気も良いので恐ろしい速度でつるが伸びていきます。

そんな朝顔を見ながら、私もたくましく生きなくては、なんて(笑)とりあえず、今一番の悩みは葉っぱを犬がかじってしまう事でしょうか…。

花がつくのがとても楽しい徳永でした！

院長のオススメ図書

松岡浩・清水千弘

『一流の日本人をめざして』

― 著者への伝言 ―



よう精一杯頑張りますので、よろしく
お願い致します。

(倉岡)



以前加藤新聞で紹介したタニサ
ケ塾の松岡先生が小冊子を出されま
した。

すばらしい内容に一人でも多くの
人に読んでいただきたいと思い、
100冊程購入しました。

先着順ではありますが受付に声を
かけてください。無料で差し上げま
す。

ぜひとも学びを共有しましょう。

新人さんの ご挨拶

4月から7月にかけて3名の新人さん
が来られました！

その新人さんをご紹介します。

4月から加藤歯科医院の一員になった
倉岡です。入社して3ヶ月が経ちます
が、まだまだ勉強することがたくさん
です。患者さまに満足していただける

4月に入りました技工士の白松です。
入って3ヶ月経ち、少しずつ慣れてき
ましたが、まだ失敗が多くご迷惑をお
掛けすると思いますが、一生懸命頑張
りますので宜しくお願いします。(白松)



7月に入社しました五十嵐です。歯科
でのお仕事は慣れないことの連続です
が、少しでも皆さんのお役に立てる様
頑張ります。どうぞ
よろしく願いま
す。(五十嵐)



スタッフに聞きました

「もう7月...1年も上半期が
終わりましたね！振り返って
みてどうでしたか？」

● 楽しかった！

● はやい

● 音速

● 老けたな！

● 疲れた

● 大変でした

● 何かと激動でした

● あつという間

● 猫とたくさん遊びました！

院長 河口 徳永 田浦 和井元 原田 倉岡 白松 五十嵐

スタッフに聞きました

「夏ですね！
夏と言えば...？」



● バーベキュー

● まつり

● ビアガーデンだあー！

● 角島でイカ焼き

● 海

● ビール！酒だ！

● かき氷とアイス

● 花火

● スイカ

院長 河口 徳永 田浦 和井元 倉岡 原田 白松 五十嵐

★あしがき★

今回も加藤新聞を最後までご覧頂き
ありがとうございます。

諸事情により発行が遅くなっていま
い申し訳ございませんでした。

次回は9月発行となっております。

暑い日が続いております。お体には充
分ご注意ください。徳永でした。

次回もお楽しみに！！



休診日のお知らせ

7月5日(土)
8月2日(土)、14日(木)、15日(金)
16日(土)

予告なく変更する場合がございます。ご了承ください。
詳しくは院内掲示板、またはHPをご覧ください。

加藤歯科医院ホームページ www.kato.or.jp

