

ニューズレター

デンタルタイムズ



第5号

編集者

高田亜希子

まだまだ暑い日が続いていますが、いかがお過ごしでしょうか？

おかげさまで、若松カムカム倶楽部も無事にスタートし、好評をいただいております。

スタッフ一同「患者さんが喜んでくれて、よかったね。」を連発しております。ただ、院長としてちょっとだけ不安なことがあるのです。

前号でお伝えした様に、カムカム倶楽部を立ち上げた理由は「若松流」を皆さんに伝えるためなのですが...

大切なこと

つまり、倶楽部設立の最大の目的は、皆様の予防のサポートにあるのです。

確かに、メインテナンスをきちんとして受診していただくことで、自費診療の金額が割引になります。大切なことは、「いつまでも、自分の歯で噛める」

ことであり、美しい御自身の歯で充実した健康的な生活を送ることなのです。当たり前前の話なのですが、セルフケアである日々のブラッシングとフロケアのメインテナンスがしっかりと噛み合っていないと、高価な自費診療など必要ないのです。



えっ、マジですか?!

そればかりでは、ありません。

歯周病原菌が出す毒素は、脳梗塞・心筋梗塞・肺炎・食道癌・早産・低体重児などを引き起こし、糖尿病を悪化させますので、口腔内の衛生状態の良し悪しが、皆様の健康状態を決めています。と言っても過言ではないのです。

平均寿命が延びたのは、医療が進歩したからではなく、歯を磨いたり、手を洗ったり、最近はおシリだって洗う時代になったわけですから、国民の衛生概念がその支えになっている事は、否めないのです。要するに当たり前前のことをきちんと言うようにすれば、良いのです。

サポーター



今までの日本は、WHOも認める世界一の医療システム健康保険のおかげで我々は、安く医療を受けることが出来ました。

ところが財源に限りが見え始め、もはや医療の質を保険に求めることが出来なくなりつつあります。

つまり、国が国民の健康を守ってくれる時代は終わったのです。

では、今後は、どうすれば良いのでしょうか？。

残念ながら、若松が皆様を完全に
お守りすることは不可能です。

ですが、サポーターは出来ます。

そのためのカムカム倶楽部と
思っていたけど、違います。



歯ブラシが安く買え、自費が安くなることは、目に見えるサービスにしかすぎず、皆様に本当にお届けしたいのは健康の維持増進なのです。

若松流



つまり、若松カムカム倶楽部はお口の中から全身の健康をサポートし、皆様の人生がより充実したものであることを究極の目的としているのです。

若松流とは・・・

『病気になるしない歯科医院』なのです。

(文・院長「小島」
代筆・同田)

歯ブラシの紹介

モーニン



若松カムカム倶楽部に入会すると、院内保管用として**1本**。メインテナンスが終了するごとに**1本**プレゼントされる歯ブラシです。



- ① 1本 150円！
- ② ヘッドが小さく、奥まで届く。
- ③ キャップ付きで、旅行に最適。
- ④ 色がクリアでかわいい♡



Good Morning!



安心です。若松歯科！

若松では中性殺菌水（殺菌力を持った水）を使用しています。コストがかかるため歯科医院での使用は1%未満ですが、当院では10年ほど前から導入し、院内感染対策に万全を期しています。

殺菌水とは・・・？

食塩水を電気分解した時にできる水で、正式名を『電解中性殺菌水』といいます。次亜塩素酸の強い酸化力と残留塩素の作用により強力な殺菌力を発揮します。

若松では、ユニット（診療台、うがい用の水、手洗いの水、器具を洗う水）その後、器具は滅菌）など診療室全体すべてにおいて殺菌水を使用しています。エイズ・肝火火・MRSAなどのウイルスはもちろんのこと、すべての細菌・ウイルスが殺菌されるので安心して治療をうけていただけます。水道水と比べて多少臭いや味がしますが、各種薬品・薬剤よりもはるかに安全で、人体には全く害はありません。多量に飲むと、腸内の良い菌も死んでしまうので、のどが乾いた際にはスタッフにお声をかけて下さい。浄水をご用意いたします。

殺菌水のその他の利用法・効能

内視鏡の洗浄・手術機材の消毒・透析装置と配管の消毒・傷部の消毒・歯科の口腔内殺菌・水虫・痔・口内炎・アトピー性皮膚炎の消毒や予防や治療・・・など

★歯周病原菌の除菌治療用として500CC 1100円でおわけいたしております。（ボトル代別途100円）



(文・高田)

みあこの咀嚼実験



8月29日(火)にパスタを使って

咀嚼実験(咀嚼実験)を行いました。

方法 4種類の違う形のパスタを

用意し、各20gを規定の時間でゆでる。

味づけは

クリーム明太子



小島スヘシタル」とする。

(まいで、めっちゃろま♡♡♡)

被験者(食べた人)荒川・東雲・小島

実験①空腹を我慢しつつ1.4mmの

細めの通常パスタをゆでることに5分。

タイマーが鳴ると同時に熱々の

ソースをからめ、20gを

完食するまでの咀嚼回数

ひたすら数えました。



実験②・・・リボン型のパスタ

ゆで上がリまで待ちませぬ、ロースト

ビーフのサラダを食べて満足!

実験③・・・ツイスト型のパスタ

合計で60gしか食べていないのに、

すぐに満腹感がおそって来た!!

実験④が思いやられる・・・

実験④・・・かまぼこ状のパスタ

食べ始めると顔面の筋肉の疲労感を

認め、実験終了時には、なんと首の筋肉

にも疲労感を認めるまでにいった。

結果 それぞれの平均は次の通り!!

	平均
フマ-1.4mm	72回
リボン型	157回
ツイスト型	205回
かまぼこ状	205回

考察 材料は、共通の小麦粉であ

たが、形状によって咀嚼回数がる倍に

なることが分かり、びっくり!!

一般に食べている麺で細いものは

咀嚼回数が少なくなり見た目の肉厚

なパスタほど咀嚼回数が増える

ことがわかった。

総量で80gしか食べていないのに

(通常は一人前100g)後半は顎が

痛くなるほどであった。

咀嚼回数が増え、満腹感も得られ

咀嚼筋群のエネルギー消費量を

考えると、ダイエットには肉厚な

パスタがお勧めですね♡



P.S 先生また作って下さいね♡