



『 之を知る者は、之を好む者に如かず、之を好む者は、之を楽しむ者に如かず 』

住所 札幌市中央区宮ヶ丘1丁目2-1 電話 011-631-0010

<http://www.jingumae-dc.jp>

今年、インフルエンザウイルスはどこか、突如として現れた新型コロナウイルスに恐怖を感じています。ドラッグストアは、マスクの爆買いで品薄です。今後私たちが使うマスクも手に入りにくくなるかもしれません。とにもかくにもまずはインフルエンザ対策ですね。

さて、今月は東京出張で会場がたまたま私の卒業した母校です。もう卒業して二十年近くになりますが久々の登校です。

最近、歯周病とアルツハイマー病は関連があるといわれています。認知症は、いったん発達した知的機能が低下して社会生活や職業生活に支障をきたす状態です。脳血管障害など、原因疾患によりさまざまな型に分類されていて、アルツハイマー型認知症もそのひとつなのです。歯周病になると、歯周病細菌の出す内毒素により炎症が起きて、血液中に炎症性物質であるサイトカインが生じます。サイトカインとは生理活性タンパク質といわれるもので、血液中に流れ込んで脳に運ばれるとアミロイドβ(Aβ)というタンパク質が脳の中で増えていきます。そのアミロイドβは記憶をつかさどる海馬に集中して増え続け、徐々に脳細胞を死滅させていくのです。これが歯周病によってアルツハイマー型認知症を引き起こされるメカニズムといわれています。先日、認知症研究の第一人者である長谷川和夫先生自身が、認知症に・・・というドキュメントを観ました。皆さんも認知症予防のために、まずは口腔ケアから始めましょう。私たちも全力でサポートいたします。

### ○ ● ○ スタッフ情報 ○ ● ○

こんにちは。歯科衛生士の山内です。インフルエンザや風邪もまだ流行しているようですが、皆様体調は崩されていませんか？私は寒がりなので毎年寒くて苦手な冬ですが少しでも楽しみを作ろうと、今年はスノーボードを始めてみました！まだまだ初心者ですが、家にこもりがちな冬に外で体を動かすのは気分転換になり凄く楽しいです(^^)皆様、冬の楽しみなどありましたらぜひ教えて下さい♪



### ◇ ◆ ◇ 耳より情報 ◇ ◆ ◇

こんにちは。歯科衛生士の藤井です。最近「子供の歯並びが心配」「大人になってから前歯の並びが悪くなってきた」と相談されることがあります。歯並びが悪くなる原因には様々なものがあり、顎の大きさや歯の大きさの遺伝による先天的な要因と、頬杖や指しゃぶり、口呼吸などの悪い癖による後天的な要因があります。歯を抜いたまま放置していたり、親知らずによって歯が押されたりすることによってきれいに並んでいた歯が動いてきた・・・なんてことも。子供のうちから虫歯のケアや、正しい姿勢で顎の成長を促す食事をしたり、悪い癖は早めに直すなど歯並びが悪くならないような習慣をつけることが大切ですね。

当院では、専門医による最新のインビザライン矯正を行っておりますので、ぜひご相談ください。



### < 診療時間変更・休診のお知らせ >

2/10(月) 16:30までの診療

3/24(火) 休診

### 今月の言葉

『子曰わく、之を知る者は、之を好む者に如かず、之を好む者は、之を楽しむ者に如かず』

知る者は好んでやる者には及ばない。好んでやる者は楽しんでやる者には及ばない

孔子