



『 日常の五心 』

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>

今年も円山公園の桜があつという間に満開を迎え、鮮やかで優美な姿で私たちを魅了しています。しかし楽しむのもつかの間、ぱっと散ってしまいます。桜が咲きましたね。という会話をしたら、もう散り始めていますよ。ですって。これも桜の魅力なんですね。

さて、歯周病を放置していると、認知症が進行する「なんて事を聞いたことがありませんか?」認知症の高齢者は年々増加し、65歳以上の5人に1人が認知症になるといわれており、歯周病は50歳代以上の約8割が罹患しているといわれています。歯周病にかかっていると、口の中の菌が歯ぐきから血管内に侵入し、脳まで流れ着いて、小さな脳出血を引き起こします。その結果、神経細胞がダメージを受けて脳血管性認知症を引き起こすと言われるています。さらに、歯周病による慢性的な炎症を放置しておくこと、今度は全身に炎症が広がっていきます。アルツハイマー型認知症は脳の炎症症なので、歯周病の影響で炎症が増強され進行してしまいます。また歯を失う原因のうち、最も多いのが歯周病ですが、歯が抜けている本数が多ければ多いほど認知症を発症しやすいことも分かっています。毎日の正確なブラッシングと、定期的なケアで認知症のリスクを減らしていきましょう。

○ ● ○ スタッフ情報 ○ ● ○

こんにちは。歯科衛生士の森です。最近暖かい日が続く、円山公園もかなりの高さで雪が積もっていましたが、すっかり溶けてなくなりましたね。ちらほらと桜が咲いているのを見かけると春を感じ健やかな気持ちになります。

先日、仕事帰りに夜桜が偶然ライトアップされている所があり、若い女性たちが集まってスマホで写真を撮っていました。すごく綺麗でしたよ。

まだ以前のようなお花見はできなさそうですが、ふとした日常でお花見気分を味わえたのでとても得した気分になりました。来年の春は、以前のような日常に戻りお花見できるようになっていることを願うばかりです。



◇ ◆ ◇ 耳より情報 ◆ ◆ ◆

こんにちは。歯科衛生士の田中です。やっと暖かい日が増えて来ましたね。今回は、入れ歯の洗浄剤のお話をさせていただきます。「部分入れ歯用」と「総入れ歯用」の洗浄剤がありますが、その違いをご存じですか? 部分入れ歯用は、入れ歯を支える金属がついています。その金属と入れ歯本体のピンク色の部分を洗浄してくれるのが部分入れ歯用洗浄剤です。総入れ歯用は、金属がついていないので総入れ歯用洗浄剤を使いましょう。

マウスピースを洗浄する際は、総入れ歯用洗浄剤は使えますが、部分入れ歯用の洗浄剤は不適當ですのでお気を付けください。

実は、入れ歯には素材の種類が違うものがあり、一般的な洗浄剤が使えないものもあります。義歯洗浄剤に迷った際は、ぜひお声をかけてくださいね。

今月の言葉

日常の五心

- 一、「すみません」という反省の心。
- 一、「はい」という素直な心。
- 一、「おかげさまで」という謙虚な心。
- 一、「私がします」という奉仕の心。
- 一、「ありがとう」という感謝の心。