

歯っぴースマイル通信



しんぷく歯科
〒889-4343
鹿児島県霧島市国分野口西20-17
TEL (0995) 46-6699

2011年 歯っぴースマイル通信 春号をお届けします！

こんにちは☆歯科衛生士の関です。

ようやく寒い冬が過ぎ暖かい春がやってきましたね。しんぷく歯科にも新メンバーがやってきました！！
新人さんを見ると必死に覚えようと頑張っているのでも私も負けないように日々精進していきたいと思ひます。Power Up！！したしんぷく歯科を宜しくお願いします。

ブログ・携帯HPも好評更新中です。

ぜひ遊びにいらして下さいね♪では、春号をお楽しみ下さい♪

ブログはしんぷく歯科HP内にあります。
身近な話題や最近の歯科情報など発信してます！

<http://www.kirishima-implant.com>

携帯HPはこちら



関

スタッフ紹介



小森 政直 (こもり まさなお)

はじめまして。4月からしんぷく歯科のメンバーになりました。
皆さんに安心して治療を受けて頂けるよう努めてまいります。
宜しくお願い致します。

おすすめの店



蒲生方面へ車を走らせている途中、ナフコの近くで「あれっ、ここにこんなお店あったっけ!？」と気付いたお店です。

見た感じカントリー風な建物。中に入ると・・・やっぱりカントリー調(*^^*)

子供も大人も大好きなハンバーグのお店です☆

どれにしようか?次来た時にはこれにしようかな?と迷ってしまうほどメニューが豊富です。

私が行ったときには、子供さんを連れたお客様が結構いらしゃったので、ご家族でも、カウンター席もあるので、もちろん「おひとりさま」でも行きやすいお店だと思いますよ♪

隼人・国分からは少し遠いですが、オススメです☆



ハングリー

始良市豊留 271-4

TEL : 0995-66-5432



福丸

みなさん！こんにちは☆歯科助手の神田です。待合室に置いてある“魔法のような水”はお試しになられたでしょうか？

その名も次亜塩素酸水！名前の通り、食塩を主成分とする機能水でお味は・・・懐かしいお味がします。

お試しになられた患者さんの声として、「プールに入ったあのような感じがする」とのお声が上がっています。確かに美味しいとは言えませんが、良薬口に苦し！効果は期待できますよ！！

ここで、次亜塩素酸水の復習をしましょう。次亜塩素酸水は歯周病の治療、虫歯予防、風邪やインフルエンザなど幅広く使用できます！また次亜塩素酸は、人間の体内で白血球が病原菌を殺す過程で主に作用しています。つまり、人体にもともと備わっている殺菌成分ですので体に優しく副作用がなく安心・安全な殺菌水と言えます。2月から次亜塩素酸水を待合室に置いていますが、実際に使い方が分からないという方が多いと思われます。そこで歯っぴースマイル通信 春号では、次亜塩素酸水の使い方について紹介します♪



神田

●毎日の使い方

1. まず、次亜塩素酸水を歯ブラシに付け歯を磨きます。
2. 最後に次亜塩素酸水をお口に含み、お口の中全体にしっかりと行き渡る様に、グチュグチュウがいをします。30秒以上うがいをして吐き出して下さい。
3. 匂いや味が気持ち悪い様なら水でうがいをして下さい。希釈をする時は水でも大丈夫ですが、お湯の方が効果的です。温度は40度がベストです！（1：1）で希釈。
4. 使用頻度としては、朝起きてすぐ、昼食後、就寝前が理想的ですが、難しい場合は夜寝る前は必ずうがいをして下さい。起床時のお口のネバネバ感がなくなります！

※ここで注意することが1つあります！歯磨き粉と次亜塩素酸水を同時に使うと有効なpHが崩れ殺菌効果が減ってしまいます。もし歯磨き粉を使いたい時は次亜塩素酸水でうがいをした後に使ってください。

ここからは患者さんからいただいた質問を紹介して、それにお答えしていきますね☆

●Q&A

Q:矯正器具やブリッジなどは次亜塩素酸水を使っても害はないのですか？

A:まったく問題はありません。機械類の場合は錆びる恐れがありますので次亜塩素酸水に長時間浸した場合、次亜塩素酸水の酸性を中和する為に、アルカリ性のビタミンCで洗浄する必要があります。矯正器具やブリッジなどはお口の中で中性になるので錆びる心配はありません。矯正器具をつけたままうがいをしても大丈夫です。

Q:入れ歯も次亜塩素酸水で洗える？

A:もちろん、大丈夫です。ただし、入れ歯のプラスチックに細かな傷があると次亜塩素酸水がそこにしみこんで劣化してしまう恐れがありますので注意して下さい。また、金具の部分がさびてしまうこともあります。入れ歯も中和する為に、アルカリ性のビタミンCの水溶液でもう一度洗うとよいでしょう。

Q:口腔内以外では使えないのか？

A:次亜塩素酸水は除菌力だけではなく、消臭力にも優れています。例えば、タバコのおいがついたもの、生ごみのおい、靴のおい、トイレ使用後のにおい、焼き肉屋などに行ったあとの衣服についたにおい、冷蔵庫の中のおい、生モノを扱ったまな板のおい、カーテンや寝具などに染みついたにおい、エアコンなどのカビのおいなどです。

Q:にんにくやタバコのおいもきえるのか？

A:にんにくやタバコのおいなどは、菌が原因で発生するものではありませんから、次亜塩素酸水でうがいをしても口臭予防にはなりません。ただし、タバコやにんにくの匂いが付いた物の消臭効果は期待できます。

Q:長期出張で次亜塩素酸水が使えません。うがいできないと、効果はすぐに消えてしまいますか？

A:次亜塩素酸水によるうがいは、治療ではなく、ホームケアです。その主な目的は、細菌の活動を弱めたり、歯科医院での処置のあとの効果を維持させることです。

Q:保管方法はどのようにすればいいのですか？

A:貯蔵庫など温度が高くなく光があまり当たらない所で保管をお願いします。

Q:次亜塩素酸水の使用期限はどのくらい？

A:使用期限はおよそ常温で1カ月、冷蔵庫で6カ月ほどになります。長期保存すると除菌効果は低下して、効果がなくなってしまいます。

他にわからない事があれば
お気軽にスタッフに
お尋ねください☆

