

# そよかぜだより

2018  
9月号

そよかぜ歯科医院のURL  
<http://soyokaze-dc.com>



## 九月(長月)

九月に入り、少しずつ気温が下がってきて、過ごしやすくなってきましたね。朝晩は、ちょっと肌寒く感じる時もあります。日中この寒暖差がありますので、皆様の体調管理には、お気を付けください。  
食欲の秋というこの季節、これから食欲がどんどん湧き、食事が美味しい季節がやってきます。こいつい食へ過ぎないように気を付けながら、毎日を過ごしていきたいと思います。



## お知らせ

●9月28日、院長先生・山本夕香子歯科衛生士が終日休診となります。

●葛森麻衣先生の診療曜日が、変更となります。

11月20日から1月29日まで、毎週水曜日・土曜日の午後から毎週火曜日・土曜日の午後へと変更になります。

## 混合歯列期の咬合誘導について

咬合誘導治療とは、小児の矯正つまり乳歯から永久歯へ生え変わる時期に行う治療です。小児矯正では、成長期の歯並びや咬み合わせ、顎の骨の成長を正常な状態に誘導する治療を行います。顎や骨格、筋肉が成長する力を利用して、歯がきちんと並びスペースを作るための顎の正常な成長を助けたり、骨格のズレを改善したりします。そのため、もう成長して骨格の変化が期待できない大人の矯正と違い、上下の顎の骨の位置関係も正しくすることができます。

これにより、将来成人矯正が必要になったときでも治療が簡単になる上、ムシバや歯周病のリスクも減らすことができます。最近では柔らかい食べ物が増え、硬いものを噛む機会が減っていることから、お子様の顎が十分発育せず、大きな永久歯が生えてきて歯並びがガタガタになってしまうケースが増えています。放置しておくことで歯並びや咬み合わせの乱れが原因で身体全体の骨格、筋肉、内臓に影響を及ぼし、姿勢の悪さや頭痛、肩こり、消化不良といった身体のトラブルに発展することが考えられます。



咬合誘導が必要な上顎前突の症例



咬合誘導が必要な下顎前突の症例

## 備えよう!

今年の夏は、台風や地震などの自然災害が多くありました。いつ自分が被災するか分かりません。電気やガス、水道などのライフラインが止まった場合に備えて、普段から飲料水や保存の効く食料などを備蓄しておきましょう。  
防災のために特別なものを用意するのではなく、できるだけ、普段の生活の中で利用されている食品等を備えるように。

## 院長のつぶやき

夏も終わり、暑さもひと段落といったところでしょうか。しかし、今年は台風の当り年であり、北海道や小牧市近郊で大きな地震が発生し、多くの被害者、亡くなられた方が出ております。心からお見舞い申し上げます。

とても暑い夏があり、まだ疲れが残っている方も少なくないと思います。体調を戻すためには質の良い睡眠、食生活が必要とされます。早寝による体内の成長ホルモン分泌を促進させることも、和食を中心とした食生活、特に朝食の摂取が重要とされており、時間をとってしっかりとるのが肝心です。

これから過ごしやすくなるに連休等があり、リラックスできる時間も持ていける時でもあります。趣味、運動、食生活にも時間をしっかりとつけてみてはいかがでしょうか。