



矯正治療の間に何があっても

先日、日本臨床矯正歯科医会主催の日本経済新聞社丸の内キャリア塾スペシャルセミナー「自分らしく、いきいき働く大人の歯の矯正を知る」に行ってきました。その中で受講生の方から寄せられた質問に「妊娠中の歯科矯正について可否を含め、注意点を教えてください」というものがありました。私も矯正相談に来られた患者さんから「子供を授かりたいと思っていますが、矯正治療中に妊娠や出産しても問題ないですか？」とよく聞かれます。

健康面において、矯正治療をしていることが妊娠・出産に影響を与えることはほとんどありません。逆も然りで、妊娠したら矯正治療ができないということでもありません。もちろん気をつけるべきことはありますが、歯を動かす治療そのものは問題なく進めることができますし、出産の前後は来院間隔をあけることも可能です。

妊娠・出産の他にも人生にはいろんなことがあります。あと2～3年のうちには結婚するかもしれない、転職や転職で引っ越すかもしれない、海外に留学するかもしれない、…と歯の矯正治療の開始を足踏みしている人が実は多くいらっしゃいます。確かに歯の矯正治療は途中でやめた！ということではできないので、始めることに慎重になるのは当然だと思います。

当院には20代、30代、40代の患者さんが多くいらっしゃるので、治療の途中で思いがけず結婚や出産を経験されたり、転職のために転居先の先生に治療を引き継いでいただいたり、ワーキングホリデーや海外留学を経験されたり、…という方がたくさんいらっしゃいます。途中にいろんなことがあっても、最終的にきちんと治療を完了されて、皆さん「あの時始めてよかった！」と感じて下さっています。

どんなに綿密な計画を立ててもその通りには進んでいかないのが人生。社会の中で生きていけば、いろんなことに遭遇します。それを心配して何かを始めるのを躊躇するのは、本当にもったいないことです。何か起こった時には私たちが全力でサポートしますので、当院の患者さんにはぜひ安心して歯の矯正治療に取り組んでいただきたいと思います。と痛感した出来事でした。

矯正の豆知識

『歯ぎしり』って治りますか？～その2



(前号からの続き)  
上下の歯を強く噛みしめると歯には自分の体重ほどの咬合力がかかると言われているので、歯ぎしりを続けると歯や歯を支える歯周組織にも当然ダメージが加わりますし、顎関節症を誘発する原因にもなります。ひどい場合には歯が揺れたり、かぶせ物が割れたりすることもあるくらいなのです。

ではこのような異常な歯ぎしりがある場合、どうしたらよいのでしょうか？

まずは歯ぎしりを生じさせるストレスの原因を知ること。最近仕事が忙しいなあとか、人間関係に疲れてるなあとか、まずはその原因を知ることが大切です。そうするとストレス自体を減らしたり、別のストレス解消法を見つかけたりすることができるかもしれません。(次号へ続く)

当院の敏腕衛生士岡田の歯磨きテクニック講座！！



歯の役割

歯には大きくわけて、「食べ物を噛み砕く」「発音を助ける」「顔の形を整え」「美しい表情をつくる」「体の姿勢やバランスを保つ」といった役割があり、健康な生活をする上で欠かせないものです。

【食べ物をよく噛んで病気予防！】

噛むという事は歯の当り前の機能。けれど最も重要な役割です。

食事をする時によく噛むことにより、食べ物の栄養をしっかりと身体に吸収することができ、体調を整え、病気に負けない身体を作っていくことに繋がります。「良い歯」で「よく噛む」。ここから健康の第一歩となります。

オカダコラム ホームレスが路上で販売する雑誌「ビッグイシュー」

初めて買ってみました！！  
以前から不思議に思っていた。なんでこの人たちは路上で雑誌を売っているのだろうか。なんか怪しい雑誌？怪しいオカルト集団？表紙には海外の有名な人なんか載っているけど…ごめんなさい！！物事を知らない私でした。  
この雑誌のことを知ったのは、今年日本での発売10年を迎えたことで、NHKで放映されているテレビ番組『新・ルソンの壺』で取り上げられているのを観てからです。『ビッグイシュー』はホームレス問題をビジネスで解決しようと起業した大阪の有限会社「ビッグイシュー日本」が発行している雑誌で、売り上げの半分以上が販売者の収入になります。番組内で取材を受けていた人が近所で販売している人だったので、勇気を出して「(ダウンタウンの松本さんが載った表紙を指さして)1冊下さい」「ありがとうございます え～？はじめてですか？」「はい」「初めての方ならこちらから読んで下さい」とミフィーちゃんの表紙の号を手にとって、いろいろお説明していただきました。これからも見かけたら購入してみようと思います。



旬なもの 大阪光の陣開幕 大阪城 3Dマッピング・スーパーイルミネーション

立体映像を投影する3Dプロジェクションマッピングが大阪城天守閣をスクリーンに登場！色とりどりの輝きや炎に包まれる大阪城、めまぐるしく展開する光のエンターテインメントショー「大阪城 3Dマッピング」をはじめ、LEDの光が箱形の中で自由自在に動く、巨大な光のキューブが登場する「光のビックブルー」、パロク式庭園をモチーフにしたイルミネーションがクラシック音楽に合わせて壮麗な光のショーを繰り広げる「ジュエルイルミネーション」など、西の丸庭園一帯がイルミネーションで彩られる、今冬限定の光の芸術祭が開催されます。世界最大級 1,000万球超が輝く「光の王国」を開催中の長崎ハウステンボスの技術が、日本を代表する歴史的建造物を舞台に繰り上げられます。「天下一」贅沢な光のエンターテインメントをお見逃しなく！

開催地：大阪城西の丸庭園

開催期間：2013/12/14(土)～2014/2/16(日)

開催時間：17:30～22:30※特定日は23:00まで(特定日は金・土・祝前日他)

料金：HPをご覧ください。http://www.tenka1hikari.jp/



今月は敏腕衛生士オカダがお届けする  
こいゃ～完璧に趣味の世界ですわ～

ランチをのぞけば、人生が見えてくる  
働くオトナの昼ごはん それが「サラメシ」

番組の主役はずばり「働く人のランチ」。中井貴一さんによるユーモアあふれるナレーションで、極上のサラメシを楽しむ番組。サラリーマンの昼食(サラメシ)から様々な職業の人の多彩なランチまでつぶさにウォッチングして、ランチに隠された仕事へのこだわりや感動のエピソードなど、働く人の今を楽しく鋭く見つめます。私もお昼は自前弁当なので、いろんな人のお弁当が気になって観ています。



NHK総合テレビ 毎週月曜夜 10時55分～

ご近所さん 本町界隈のお店  
祝ミシュラン掲載!!!

今月はじゅんじゅんイチオシのお店再登場!

ラ クッチーナ イタリアーナ ウエキ  
このコーナーや私のブログでも何度かご紹介しているウエキさんが「ミシュラン関西 2014」で「丁寧で作られた質の良い食事を手頃な価格で提供するお店」として掲載されました!!!パスタは絶品です!皆さんにも本当に行っていただきたいお店です。大阪市西区北堀江1-10-2



クレストギザビル1F  
TEL/FAX:06-6110-0039

今月の一書

健康というのは平和ということと同じである。  
三木清 (哲学者)