



意外と知らない歯の健康知識

肩こり・偏頭痛・首の痛み・イライラ・ぼんやり
その症状 原因は顎のずれかも知れません

あごのズレはこれまで考えられていた以上に私達の体と心、ひいては美容にまで深く関係しているようです。あごがずれると全身の筋肉がずれ、血液の流れが悪くなることで、さまざまな不調の原因になっています。今回は「かみ合わせ」について北村院長にお話しをお伺いしました。

この先生に聞きました!



北村 幹夫院長
日本咬合学会 専門医・指導医
日本咬合学会 副会長

日常生活に影響
かみ合わせ異常

毎日の食事やおしゃべりはもちろん、実は、歩いているとき、眠っているときも無意識にあごを使っています。だからこそ、かみ合わせは大切で、す。あごがずれると、まずあごの関節がずれ、頸椎、胸椎、肩関節…と次々にずれが影響します。そのため身体のバランスが崩れると、まずあごの関節がずれ、頸椎、胸椎、肩関節…と次々にずれが影響します。

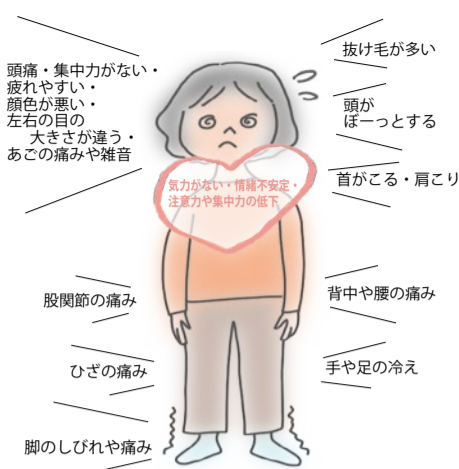
深い関係が
首のこり、腰痛とも

あごは全身の姿勢調整でとても重要な役割を果たしています。あごのずれが頸椎に及ぶと、首がこり、血管が圧迫され、脳への血流障害を起すおそれがあります。

あごがズれる
無理な姿勢で
バランスをとる
（こりや痛みなどの原因）

神経や血流などが
圧迫される
（脳や内臓への悪影響）

精神面や美容面にも
影響を及ぼす
（心や見た目の不調）



あごがずれるとこんな症状が現れる
※(出展) 脳が若返るかみ合わせ健康法 丸岡剛郎・澤口俊之著

かみ合わせセルフチェック
※1つでも当てはまる要注意
□左右どちらかの歯だけで噛んでいる
□最近顔の歪みが気になる
□口を縦に大きく開けられない
□口を開けると音がする
□歯並びが悪いor飛び出している歯がある
□原因不明の頭痛や疲労感がある
□鼻の通りがよくない
□慢性的な肩こり・腰痛・首の痛みがある

顎関節症も改善へ
かみ合わせ治療で
顎関節症も改善へ

きたむら歯科医院
072-688-8148
高槻市弥生が丘町27-23
診/9時~11時
14時~17時
休診日:木曜・日曜・祝日・隔週土曜

かみ合わせ講演会開催
日時:11/2(木)10時~12時
場所:高槻商工会議所
高槻市大手町3-46
定員:20名 申込:電話にて
かみ合わせの大切さや自分がズレていないかのセルフチェックの方法など詳しくお話しします。終了後個別相談も可。この機会にぜひご参加ください。

意外と知らない歯の健康知識

11月8日は「いい歯の日」健康習慣に歯科ドックで
歯周病のリスクを知ろう!徳治昭童画展併催

毎年11月8日は「11(いい)8(歯)」の語呂合わせとともに、1993年に日本歯科医師会によって「いい歯の日」として制定されました。80歳になってもいい歯を残すために必要なことについて、お話しをお聞きしました。

11月8日は「いい歯の日」

歯周病菌は全身をめぐる

普段定期的な受ける機会が少ない歯科検診を、幅広い年代にその大切さを知ってもらおうと、日本歯科医師会が提唱して誕生したのが「いい歯の日」です。全国各地で啓蒙活動や歯科検診などを行うイベントが実施され、虫歯や歯周病予防だけでなく、口腔内の健康についても相談できる機会になっています。

歯周病菌は全身をめぐる... 厚労省によると、15歳以上の約80%に歯周病があり、50歳以上では約半数の人が歯周病が原因で歯を喪失し、定期的な受診している人は歯の喪失が「少ない」と報告されています。歯周病菌が全身の疾患、糖尿病、高血圧の原因になることが確認され、歯周病が進行するとインシュリンの働きを妨げて、糖尿病が悪化し、歯周病菌が血管に入るとプラークが沈着して血管が詰まり高血圧を招きます。また、歯周病菌が関節リウマチ、心内膜炎の発症に関与し、悪化させることも報告されています。

「いい歯の日」無料歯科ドック

【無料歯科ドック(唾液検査) 要予約】
歯の健康/虫歯菌・唾液の酸性度と緩衝能
歯周病/白血球エステラーゼの酸性度・潜血・タンパク質
口腔内の清潔度/アンモニア

【徳治昭童画展】(入場無料)
日時:11/15(水)~19(日)
11時~18時まで開催
徳治昭(とくはるあき) フリーイラストレーター
童画家

日本歯科医師会と厚労省が平成元年から推進している8020運動も、昨年その達成者が50%を超えました。残存歯が多いと食事が美味しく、話すことも、呼吸することもできます。しっかり噛むことは栄養を効率よく吸収でき、脳が刺激され活性化します。歯の喪失の一番の原因は歯周病の為、早期に発見することが健康長寿の秘訣です。

先着50名様
デンタルグッズ
プレゼント進呈
日時:11/18(土)10時~15時
場所:茨木市駅前4-3-26
あさくらビル
(医)朝倉クリニック歯科
1・2階イベントホール

ご予約は072-625-2001
com21adc@gold.ocn.ne.jp
【徳治昭童画展】(入場無料)
日時:11/15(水)~19(日)
11時~18時まで開催
徳治昭(とくはるあき) フリーイラストレーター
童画家

本院では、11月18日に「歯の健口フェスタ」、歯科ドックと歯の悩み相談会を行います。今回は歯科ドックメニューの唾液検査スロットケム)を使用し、「歯・口腔内と全身の健康の危険度チェック」を先着50名の方に無料で実施します。一生自分の歯で楽しく食事ができるように、「いい歯の日」に歯と全身の健康のリスクを知る機会にされてはいかがでしょうか。

【歯科セカンドオピニオン外来】
歯周病、口臭、歯並び、入れ歯、インプラントなどはお気軽にお電話ください。
0120-468-321 072-625-2001
歯の悩み相談は春日丘本院で院長が行っています。
朝倉歯科医院/本院
茨木市南春日丘1-1-19 アサクラデンタルビル
http://asakura-dental.com
本院では、通常の診療時間内で予約していただけます。

【徳治昭童画展】(入場無料)
日時:11/15(水)~19(日)
11時~18時まで開催
徳治昭(とくはるあき) フリーイラストレーター
童画家

シネマ情報

CityLifeシネマ担当(デコジュン&nanako)が選んだおすすめ作品と、近隣劇場の上映スケジュールをお届け。

MASTER/マスター

11月10日(金)公開 大阪ステーションシティシネマ 他全国ロードショー

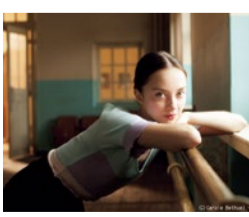


監督:チョウ・ウィノク
出演:イェイホン、カンドンウォン、キム・ウヒン

推薦者:デコジュン

ポリーナ、私を踊る

10月28日(土)公開 シネ・リーブル梅田ほか



監督:ヴァレリイ・ミュー、アンジュラン・ブルジョア
出演:アナスタシア・アシェゾワ、ニコル・シュナイダー

推薦者:nanako

※PG12...小学生には助言・指導が必要となっております。 ※R15+...15歳以上の方がご覧になれます。 ※R18+...18歳以上の方がご覧になれます。

イオンシネマ茨木 茨木市松ヶ本町8-30-2 イオンモール茨木4F
上映時間案内 072-621-0807

- <上映中>
●あさひなぐ ●巫人 ●僕のワンダフルライフ
●レゴ®ニンジャゴー サムービー
●ナラタージュ ●アウトレージ 最終章
●狼の惑星:聖戦記(グレート・ウォー)
●アナベル 死霊人形の誕生
●Fate/stay night[Heaven's Feel]
●恋と嘘 ●アトミック・ブロンド
●ミックス。 ●奇木楠雄の冒険
●バリー・シールアメリカをはめた男
●先生!、好きになってもらってもいいですか?(10/28~)
●ラストレシベ 麒麟の舌の記憶〜(11/3~)
●水菓(11/3~)
●マイティソー パトルロイヤル(11/3~)
●IT/イット “それ”が見えたら、終わり。(11/3~)
●ジグソー・ウル・レガシー(11/10~)
●ザ・サークル(11/10~)
●リング・オブ・マジック(11/11~)
●キセキの葉書(11/11~)
●HIGH&LOW THE MOVIE 3 FINAL MISSION(11/11~)
●GODZILLA 怪獣惑星(11/17~)
●ローガン・ラッキー(11/17~)
●泥棒役者(11/18~) ●火花(11/23~)
●ジャスティス・リーグ(11/23~)
●覆面系ノイズ(11/25~)
●映画かいつつろ ZZ(ダブルセット)のみみつ(11/25~)

イオンシネマ茨木
鑑賞券を
プレゼント
5組
応募方法
●はがきの場合:住、氏名、年齢、職業、性別、電話番号を記入し、〒566-0001 大阪府摂津市千原丘1-13-23 CityLifeシネマ「イオンシネマ茨木鑑賞券プレゼント係」まで
●WEBからの場合:http://present.citylife-new.com/
●締切11月25日(はがき必須)※個人情報(弊社にて厳重に管理し、鑑賞券発送以外には使用いたしません。※当選結果は発送をもって代えさせていただきます。