



意外と知らない歯科知識 予防の考え方と健康な身体との 関係性とは

健康寿命の考え方も徐々に広まり、病気になってから治すのではなく、予防が見直されています。そこで今回は赤木先生に歯科の見地からの予防についてお話を伺いました。

予防の考え方と 公衆衛生

先月号でもとりあげましたが、予防は公衆衛生学の基本概念です。公衆衛生学とは多数の人々に利益をもたらすことを前提としています。新型コロナウイルスによるワクチン接種などはその典型的な例です。公衆衛生は通常、国及び自治体が国民のために行うものであり、世界的にいえばWHOがその役割を担っています。パブリックファーストの考え方は。

予防には 健康な身体

人が生きていくために必要なものとして、空気や水、食料があります。当たり前ですが、食べるためには丈夫な歯が必要で、つまり、「歯科における予防は全て健康の源になる」ということとです。適切な食事を摂ることによって健康な生涯を過ごすことができます。予防は健康に直結します。予防歯科の先進国であるスウェーデンでは「生涯自分の歯で食をとることが目標

この先生に聞きました!



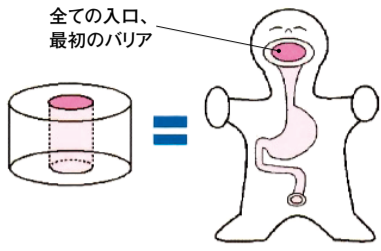
赤木 篤子 先生
歯学博士。1984年赤木歯科開設。35年前からインプラント治療を行う。米インプラント学会アソシエイトフェロー、日本口腔インプラント学会認定専門医・指導医。歯科医師臨床研修指導医。再生医療認可施設。

となつていきます。この目標を達成するために国によるさまざまな政策が行われています。日本のように各歯科医院でバラバラな予防処置を行なうのではなく、国によって統一された基準により、どの医院でも同一処置で同じ結果を得ることが基本です。これが本来の予防医学の考え方であり、あるべき姿です。

健康と関係深い 「腸」の能力

腸の状態こそが免疫抵抗力に大きな影響を及ぼしています。腸と脳との関係も明らかになり、腸は第2の脳とも言われています。腸の能力(腸能力)が肉体的及び精神的健康を左右するといっても過言ではありません。腸内環境を改善すると、多様な病気を不調を軽減できるという報告もあり、今、改めて腸内環境の大切さが見直されています。また、

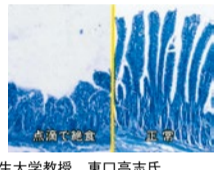
ドーナツと人の体の対比



私たちの身体は簡単に言えばドーナツのような筒形になっており、筒の外側は皮膚、内側は粘膜に覆われています。イラストを見ても分かるように健康に生きることは口から始まります。

正常な状態と点滴で絶食状態の 絨毛上皮の比較写真

点滴で絶食を続けると腸管に食物・栄養が触れなくなり、絨毛のヒダが消えて免疫能力は低下します。



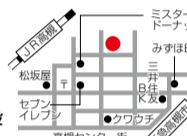
写真提供: 藤田保健衛生大学 東口高志氏

医療法人
貴志会
赤木 篤子

再生医療認可施設
高槻市高槻町 7-25

☎072-682-0190

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



マタニティ歯科
Baby plus
happy club 小児歯科

佐藤 典子 先生
朝倉歯科本院 副院長
マタニティ外来
小児歯科担当 歯科医

マイナス2歳(妊娠準備期)からの口腔ケア 妊産婦の口腔管理で子どもの健康を守ろう

妊産婦への歯周病・予防歯科の啓発に向け、産婦人科学会と歯科医師会が協力し、2019年9月に具体的な取り組みが始まり、妊娠と出産に関する正しい情報提供を目的とした「Baby プラスアプリ」で「予防歯科ガイド」を検索して下さい。妊娠中は女性ホルモンで口内環境が変化し、歯や歯肉のトラブルが発生します。母親にむし歯があると子どものむし歯が多く、歯周病の妊婦は早産や低体重児出産のリスクが増加します。当院のマタニティ歯科は妊娠中の治療も可能で、処方薬、麻酔など安全性を考慮しています。妊娠準備期(マイナス2歳)からの歯周病と虫歯予防が胎児の成長と発達、母子の栄養・口腔管理に繋がります。詳しくはかかりつけの歯科医院にご相談下さい。

- あさくら小児歯科HAPPY CLUB
あさくら小児歯科HAPPY CLUBは、0歳から15歳を対象に予防歯科を行なっております。小児歯科専門医師 さとう、はるやま
- 【あさくら小児歯科 HAPPY CLUB】
あさくら小児歯科HAPPY CLUBは、0歳から15歳を対象に予防歯科を行なっております。小児歯科専門医師 さとう、はるやま
- 【歯科セカンドオピニオン外来】
ホワイトニング、口臭、歯周病、咬み合わせ、入れ歯、矯正治療などお気軽にご相談ください。歯の悩み相談は春日丘本院で院長が行っております。

最新技術により大きく進化した 新たなインプラント「BLX」

片岡院長
大阪大学大学院 卒 / 大阪大学 招へい 教員 / デンマーク コペンハーゲン 大学 歯学部 留学

インプラント治療とは、なんらかの原因で歯を失ってしまった時に人工の歯の根を埋め、上部に人工の被せ物をする治療方法です。きつちりと治療法を守ったインプラントはしっかりとした食事をとることができ、人の口腔内を安定させることが可能であると証明されています。インプラント治療は進化を続け、最近でも新たなインプラント「BLX」が発表されました。従来のものより短く、精密なので高い固定性が発揮でき、インプラントを埋入した当日でも噛むことが可能です。ケースによってもさまざまですが、治療期間の短縮にもつながります。さらに、通常のインプラント治療は骨があることが必須ですが、BLXは骨のない症例でもインプラント治療が可能です。状態によって治療方針は変わります。まずはご相談ください。

カタオカ歯科医院
☎06-6834-7778
豊中市上新田1-28
千里中央パークヒルズK棟203号
診 / 9時半~12時半
15時半~20時半
土曜日午後13時半~16時半
火曜日午後、日祝休診 P有
<http://www.miyoko-dc.com/>

耳鼻咽喉科医が推薦する 腹筋ボイストレーニング “全身を使って鳴らす発声法”

新聞記事等の全国版で掲載された、信頼と実績のプロボイカリストに抛る、初心者にも分かりやすく指導致します。類の無い「内臓のトレーニング」なので、簡単に高音域を地声で出せ、肺活量が増えて声に響きが出るようになります。ノドのイガイガ・エヘン虫がスッキリするのも特徴です!

声の出るしくみを理論に基づき分析で、初心者の方々にもわかりやすく納得のできる、軽い有酸素運動を伴うトレーニングです。歌唱力や健康面の向上に最適です。男女、ジャンル、年齢、不問。受講日は自由に選べます。まずは体験レッスンで声や体調の変化を体感して下さい。

- ★生徒さんの声★
- 腹筋発声法で喘息の私が声がよく歌いやすくなり、体調も良くなったお医者さんからは「レントゲンの陰りも消え、熱のない肺です」と言われました。血液中の酸素濃度もいい数値だそうです。こんなに変化できて感謝感激です! (西宮市 Mさん 70代)
- 喉頭炎で呼吸麻痺が出来なく手術が中断になった事もりましたが、今はボイトレで楽しく歌え、通いづめた耳鼻咽喉科もご無沙汰になりました。 (宝塚市 K.Oさん 60代)
- 体脂肪が蓄積しているダンスレッスンなら2ポイントの所、こちらのボイトレなら4ポイント落ちます。 (神戸市 M.Iさん 40代)

感染予防対策万全 駅前教室
ボイストレーニング NAKA (ナカ)
西宮市甲子園口3-4-20
ヌーベル甲子園口B2-1
阪急西宮北口駅前にも教室あり!
営 / 10時半~20時 金・日曜定休
☎0798-67-5700 (10時半~20時受付)
<http://naka-naka.sakura.ne.jp/>

個人レッスンorグループレッスン (60分) 3,300円~
特典
「シティライフを見た」で、体験レッスン(90分).....4,400円→2,200円 (5月末まで・新規の方のみ要予約・すべて税込)

この街の未来をひらく

この街の未来をひらく
北おおさか信用金庫 検索
お取引のない方もお気軽にご相談ください!