

# ウェスト歯科新聞

## 虫歯予防のコツのコツ？

「毎日歯磨きしてるのになんで虫歯になるんだ??」  
 そう思っている方、結構いらっしゃるかもしれませんね。  
 でも、「磨いている」と「磨けている」は違います。  
 普通のハブラシではかなり一生懸命磨いても、汚れの7割程度しか落とせません。(電動ハブラシでは90%以上落とせるものもあります。正しく使えば・・・ですけど)  
 歯と歯の間も、デンタルフロスや歯間ブラシを使って、お掃除することが大切です。

また、磨くタイミングもポイント。  
 唾液(つば)の分泌が少なくなる就寝前(唾液には自浄作用があって歯を守ってくれます)、それから食後すぐに磨きましょう。  
 食べ物だけじゃなく飲み物でも糖分が含まれているものは虫歯の原因になりますから、飲んだ後の歯磨きも忘れずに！  
 歯磨きが無理なら、糖分を含まないお水や緑茶を飲むだけでもかなり違ってきます。

歯質を強くするフッ素を併用するともっと効果的。  
 ご家庭で手軽に使えるフッ素もあります。

## ★ご協力ありがとうございます！

被災地の病院・医院の復興支援募金「コケッコ募金」にご協力いただき、ありがとうございます。この募金は、被災した病院、医院の医療施設、医療機器の回復のために使われます。6月末まで実施予定です。今後ともよろしくお願い致します。



## 診療時間

月～木：10:00～21:00/金土日10:00～14:00  
 昼休み14:00～15:30/休診日：水曜・祝祭日

ウェストデンタルクリニック

〒161-0031 新宿区西落合3-1-16 メトロハイツ西落合102

(大江戸線 落合南長崎駅A1出口目の前)

TEL03-5982-6771 fax 03-5982-6774

<http://www.west-dental.com>

患者さんからのご質問にお答えします！

### Q1.ドライマウス(口腔乾燥症)について教えて

唾液(つば)の分泌量が減って、口の中が乾燥した感じの症状をドライマウスと言います。

原因は、糖尿病や腎臓病、シェーグレン症候群などの病気によるもの、加齢、精神的ストレス、薬(抗うつ薬、抗パーキンソン薬、抗ヒスタミン薬など)の副作用、など様々です。

口が乾いていると、虫歯や歯周病が発生しやすくなります。  
また、口臭の原因にもなります。  
食べ物が食べにくいなど、日常生活にも支障が出ることもあります。お早目にご相談下さい。

### Q2.歯科治療の治療費ってどこも同じ？

はい、保険診療の治療費は国が決定しているので、日本全国どこの歯科医院でも同じ料金です。

自由診療に関しては、各医院が独自に決められるので医院ごとに違います。値段だけでなく、保証期間の有無なども医院によって違います。  
自由診療とは、健康保険がきかない診療、例えば、矯正、ホワイトニング、セラミックの詰め物、インプラントなどになります。

#### ★治療費を安くするコツ(？)

治療途中で通院を中断して、1か月以上たつと、一部の病気を除いて、「再診」ではなく「初診」扱いとなります。(これも、お国のルールで決められています)

初診料は再診料より高額になりますので、中断をしないことが大切です。

また、「虫歯かな？」と思ったら、早めに受診することも治療費を安くする大切なポイント。小さな虫歯だったら、1回の処置で終わってしまいますが、虫歯が大きくなればなるほど、処置にかかる時間も費用も増えていきます。

定期検診を受けていると、自覚症状のない小さな虫歯も早めに見つかり、結局はお得です。

今月のよくなりました！



やまもと そう君



2011年6月