



## 自動精算機導入 予定のお知らせ

2024年11月1日よりサービス向上や感染予防のため自動精算機を導入予定しています。機械の取扱いが不明な場合は、お近くのスタッフまでお声がけ下さい。詳しくは院内掲示、HPなどをご確認いただきますようお願いいたします。



バイオフィルムについては詳しくは「あなたに潜むサイレントキラー」(奥田克爾著 講談社)がおすすめです。



## カスタマーハラスメント基本方針

五條歯科医院(以下「当院」といいます)は、患者・家族に対して真摯に対応し、信頼や期待に応えることでより良い医療サービスの提供に心掛けています。

一方で、患者・家族、その関係者の一部から、常識の範囲を超えた要求や当院の職員や他の患者・家族の人格を否定する言動・暴力・セクシャルハラスメント等、その尊厳を傷つけるものもあり、これらの行為は職場環境や診療環境の悪化を招く場合があります。

当院は、これらの行為・言動等を放置せず、毅然とした態度で対応してまいります。

**△ご注意ください!**  
 本年12月2日から  
 現行の健康保険証は  
 発行されなくなります  
※12月2日時点で有効な保険証は最大1年間有効です

**マイナンバーカード  
 をご利用ください**  
今回お持ちでない方は次回ご持参ください

マイナンバーカードの保険証利用登録がまだの方  
 利用登録は窓口(カードリーダー)でできます

## 医院カレンダー

### 10月

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

### 11月

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

### 12月

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

### 2025年1月

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

■ 休診日 ■ 矯正

矯正治療相談は随時おこなっています。お気軽にご相談ください。



## ほんとは怖い口の中

食欲の秋です。今年は秋刀魚も安いそうですが、まだ我が家の食卓には上っていません。かぶりつけるのも、小骨を喉につかえず出せるのも元気の証拠です。何気ない、日々の動作の中に口の健康が必要であり、それに貢献できていると思うと毎日の仕事が楽しくなります。



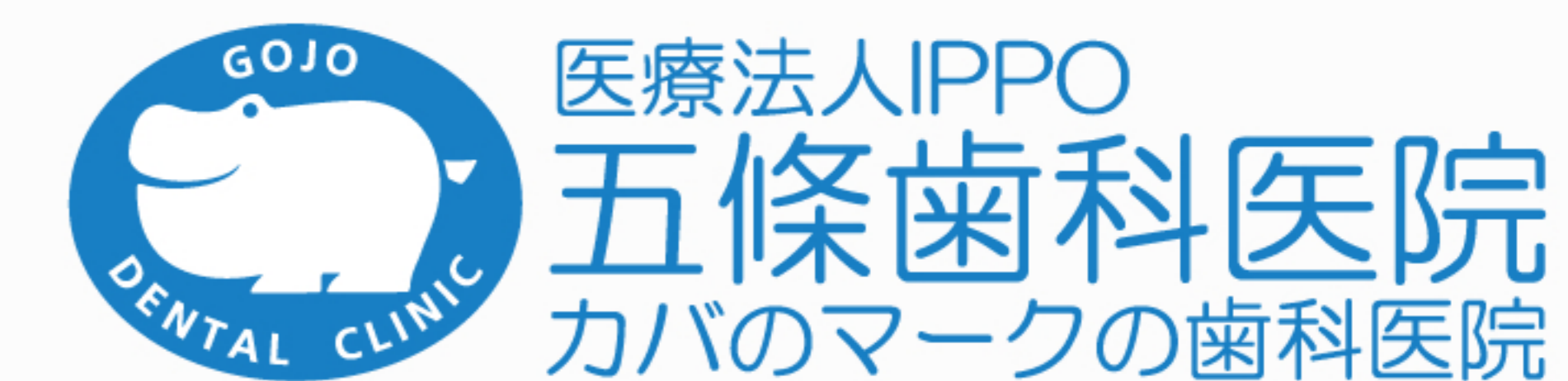
## contents

- P.2 バイオフィルムと全身の健康
- P.3 妊婦の皆さんは日焼け止めの塗りすぎにご注意
- P.3 糖尿病と歯周病は密接な関係があります
- P.4 医院からのお知らせ
- P.4 医院カレンダー

INFORMATION OF GOJO DENTAL CLINIC

# カバッこ新聞

2024年10月発行 通巻44号



横浜市金沢区釜利谷東6-21-1-101

TEL:045-791-0118

ホームページ:  
https://www.gojodental.com





お口の健康と全身の健康はつながっています

私たちの口の中には、たくさんの細菌が住んでいます。それらの細菌が集まって、「バイオフィーム」というぬるぬるした膜を作ります。このバイオフィームは、ただの歯垢とは違い、とても強固で歯ブラシでは簡単に取り除くことができません。

バイオフィームが引き起こす健康リスク

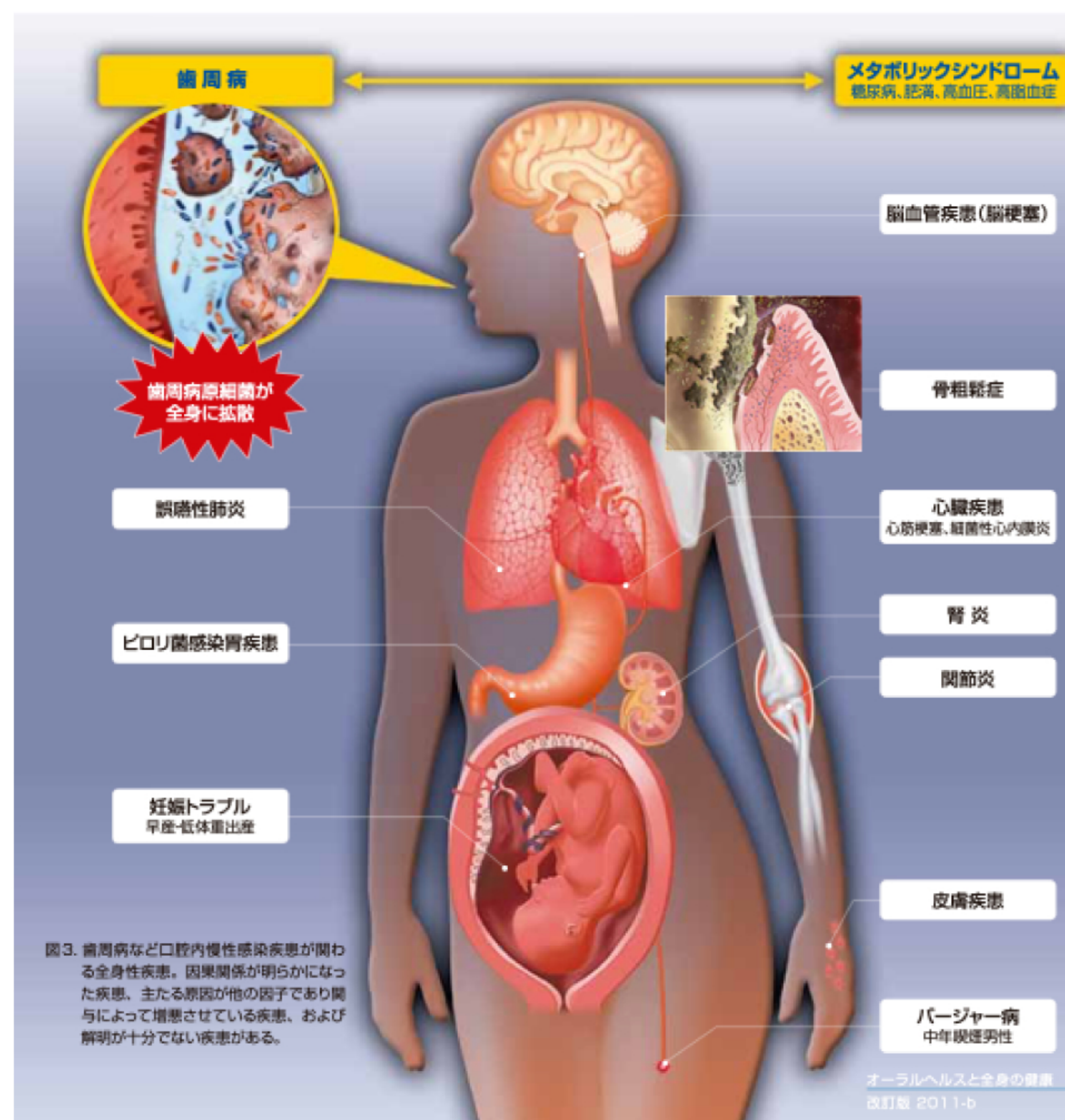
バイオフィームは、歯や歯茎だけでなく、全身の健康にも悪影響を与えることがあります。例えば、バイオフィームが原因で歯周病が進行すると、その細菌が血流に乗って全身に広がり、以下のような病気を引き起こすリスクが高まります：

- 心臓病：バイオフィームの細菌が血流に入り込むと、心臓に炎症を引き起こすことがあります。
- 呼吸器疾患：バイオフィームの細菌が肺に入り込むことで、肺炎などを引き起こすことがあります。
- 妊娠トラブル：妊婦さんの場合、バイオフィームが原因で早産や低体重児出産のリスクが高いことがあります。

どうやって予防するの？

バイオフィームが引き起こすこれらの問題を防ぐためには、毎日の歯磨きがとても重要です。また、定期的に歯科検診を受けて、専門的なクリーニングをしてもらうことも大切です。これにより、バイオフィームを早期に除去し、口腔内を清潔に保つことができます。

全身の病気	バイオフィームとの関連	予防方法
心臓病	バイオフィームから血流に細菌が入り、心臓に炎症を引き起こす可能性があります。	毎日の適切な歯磨きと定期的な歯科検診を行う。
糖尿病	バイオフィームが慢性的な炎症を引き起こし、インスリン抵抗性を高めることがあります。	健康的な食事と適度な運動を心がけ、口腔内の健康を保つ。
肺炎	歯周病の細菌が肺に入り、肺炎を引き起こすことがあります。	口腔ケアを徹底し、細菌が肺に移行しないようにする。
関節炎	細菌が関節に移行し、関節の炎症を引き起こすことがあります。	歯周病を予防し、関節の健康を守るために、口腔内の衛生状態を保つ。
骨粗鬆症	骨の密度を減少させ、骨折のリスクを高めることがあります。	骨の健康を保つために、バランスの良い食事と適度な運動を行い、口腔ケアを行う。



オーラルヘルスと全身の健康 改訂版 2011 より転載

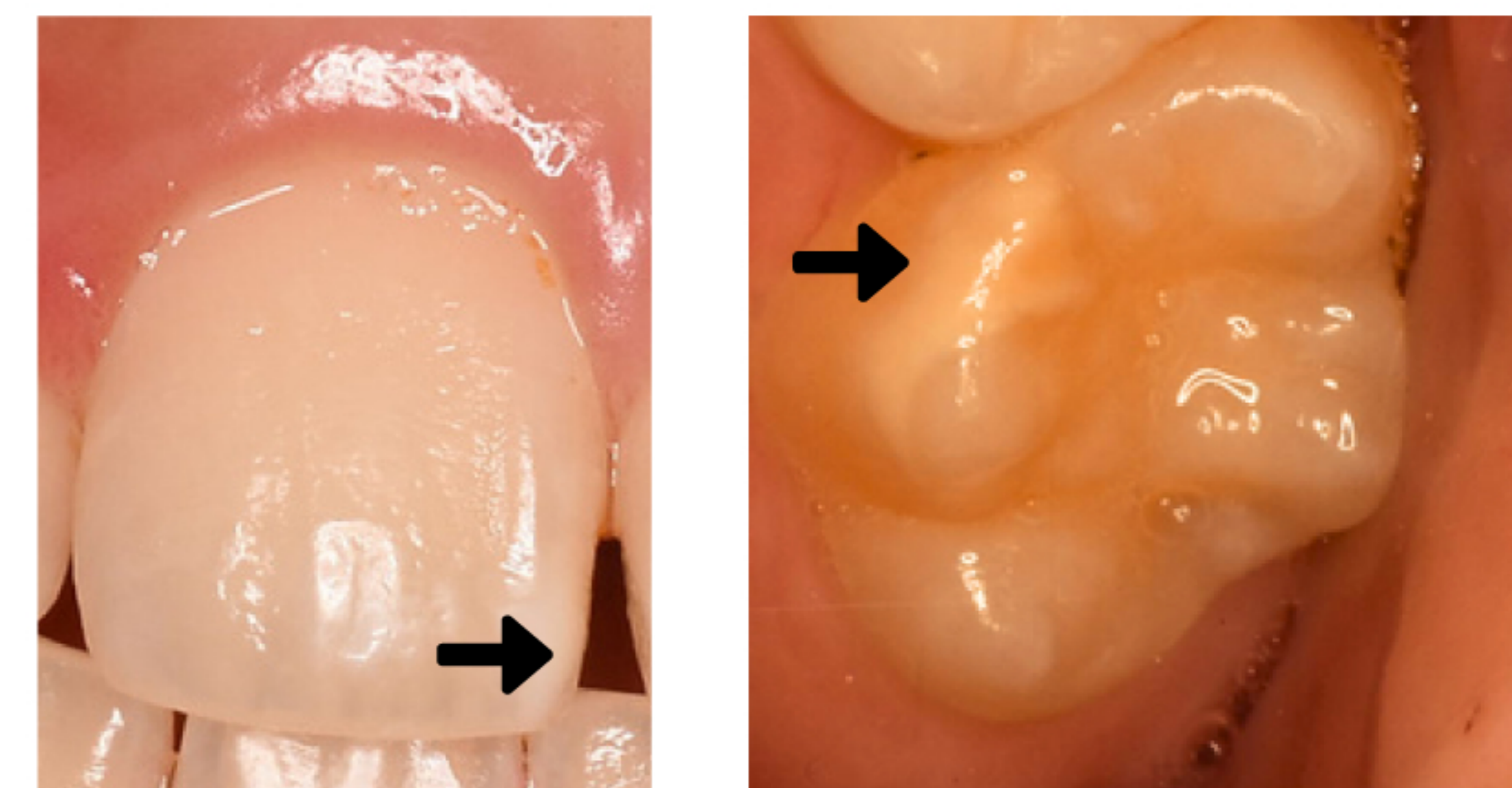
お口の健康は、私たちの全身の健康に直結しています。毎日のケアをしっかりと行い、定期的な歯科受診を欠かさず、バイオフィームが原因となる病気から自分の体を守りましょう。



ビタミンDは、私たちの体が日光に当たることで作られる栄養素ですが、日焼け止めクリームが増えることで、ビタミンDが不足する人が増えていることがわかっています。

ビタミンDが不足すると、エナメル質がうまく作られず、歯が弱くなる可能性があります。特に、妊婦さんや授乳中のお母さんがビタミンD不足になると、その子どもも歯のエナメル質が弱くなりやすいことが示されています。この研究では、ビタミン

Dが不足したラットを使って実験を行い、その結果、ビタミンD不足のラットの歯が通常よりも白くて弱く、エナメル質がしっかりと作られていないことが確認されました。この研究から、日焼け止めを使いすぎてビタミンDが不足すると、子どもたちの歯が弱くなるリスクがあることがわかりました。ビタミンDをしっかりと摂取することで、健康な歯を作るために必要な栄養を体に取り込むことが大切です。



**6歳臼歯や前歯は妊娠3ヶ月ごろから作られ始めます。歯に白いところがあっても、定期的に歯科医院に来ることで守ることはできます!!**

写真の矢印はエナメル質減形成のあるところです。奥歯は大人になる過程で歯が割れる可能性があるので注意が必要です。

糖尿病と歯周病は密接な関係があります



INFORMATION  
日本糖尿病協会登録歯科医  
となりました  
五條歯科医院  
カバのマークの歯科医院  
2024.8.5

近年、糖尿病治療の考え方は大きく変わってきました。以前は「病気を治す」ことが中心でしたが、今では「病気を予防し、たとえ糖尿病になっても、一般の人と同じように生活できるようにする」ことが重視されています。その結果、多くの方が糖尿病の発症を約50%の確率で抑え、服薬しながらも普通の生活を送ることができるようになっています。特に、糖尿病と歯周病の関係が注目されています。糖尿病患者にとって、歯周病の治療が生活習慣を見直す大切なステップとなっており、その効果もはっきりと現れています。五條歯科医院では、内科医と密接に連携しながら、咀嚼機能検査なども行い、糖尿病患者が生活の質を落とさずに過ごせるようサポートしています。



【お知らせ】

いつも当院をご利用いただきありがとうございます。この度、台風や地震、感染症などによる急な休診に対応するため、携帯電話番号を利用したショートメールサービスを導入いたしました。ご協力の程、何卒よろしくお願い申し上げます。

今後とも、患者様の安全と健康を第一に考えた対応を心がけてまいりますので、何かご不明な点やご要望がございましたらお気軽にお知らせください。引き続き、当院をよろしくお願いいたします。