

口腔癌について

口の中に発生する悪性腫瘍（口腔癌）の約85%が扁平上皮癌です。好発部位は舌と歯肉で、それぞれ約30~35%を占めます。次いで、頬粘膜、硬口蓋の順で、それぞれ7~10%です。症状としては、初期に疼痛はほとんどなく、刺激物がしみる程度ですが、進行すると痛みが生じます。舌・口底・頬粘膜などの可動性粘膜の癌では、硬結による違和感や運動障害が生じます。末期に骨や神経に進展すると、いわゆる癌性疼痛と呼ばれる刺激を感じます。口腔癌は他の臓器にできる癌に比べて、ご自身で発見することができます。お口の中は鏡で見てチェックすることができますし、見た目や感覚で見つけることができます。もし、お口の中の状態で少しでも異変を感じましたら一度ご相談下さい。

○成見○

○スタッフ紹介○

はじめまして！

歯科衛生士の後藤早紀です。

身長が173cmあります。

学生時代は卓球をしていました。

食事が好きで、タピオカにはまっています。仙台はタピオカが少ないので、美味しいお店を見つけた時には教えて頂けると嬉しいです！

最近引っ越したので休日を利用して自分の部屋のDIYをしていきたいと思っています。

これから多くのことを吸収して先輩方のような歯科衛生士さんに近づけるよう頑張ります。よろしくお願いします。



◆発行元

泉MK歯科クリニック

TEL 022-373-0020

FAX 022-373-0040

○スタッフ紹介○

初めまして、歯科衛生士の太内田夢乃です。

3月に専門学校を卒業して仙台に来ました。

好きな食べ物はパンです。

最近は休日を利用してパン屋さんを探して出かけたりしています。おいしいパン屋さんを知っている方がいましたら私に教えてください。

患者様の気持ちに寄り添い

スムーズな治療を受けて

頂けるように頑張りますので

これからよろしくをお願いします。



簡単、美味しい、
明太子冷製パスタ！

☆材料☆ (2人分)

・明太子	80g くらい	・レモン汁	少々
・パスタ	200g	・牛乳	大さじ2
・玉ねぎ	4/1 個	・しょうゆ	小さじ2
・大葉	4 枚	・塩コショウ	少々

☆作り方☆

- ①お湯に塩を入れてパスタを茹でる。
- ②明太子の薄皮から中身を取り、レモン汁をかけて臭みを取る。
- ③玉ねぎはみじん切り、大葉は千切りにする。
- ④ボウルに玉ねぎ、明太子、牛乳、マヨネーズ、しょうゆ、塩コショウを入れてよく混ぜる。
(冷やしておくより美味しい)
- ⑤茹で上がったパスタを冷水でしめ、よく水気を切る。
ボウルにパスタを加えて混ぜ、お皿にパスタを盛り、大葉をのせたら完成！！

○五十嵐○

◆診療時間

月・水・木・金・土曜日
9:00~19:00
(昼休み13:00~15:00)
日曜日
9:00~13:00

◆休診日

火曜日・祝祭日

◆予約制

◆新患・急患

随時受付しております

歯周病治療はなぜ歯磨き指導から??

歯周病の治療の中で最初に歯磨き指導を受けたことがある方も多いと思います。

歯周病の治療なのになぜ?と疑問に思うかもしれませんが、

歯磨きの上達は歯周病治療でとても重要なことです!

理由は…???

①たまりつづける汚れは毎日の歯磨きで除去!

お口の中の汚れは毎日たまります。

歯科医院でいくらきれいにしても次の日からまた汚れをため続けられ、

クリーニングの効果は薄れ、炎症は治まりません。

②腫れたままの歯石除去は痛みが出やすい!

炎症で腫れた歯ぐきは歯ブラシが当たるだけで痛むことも。

そこに歯科医院で歯石除去の器具を当てるともちろん痛みが出やすくなります。

③歯ぐきからの出血が歯石除去の妨げに!

歯磨きをすると血が出てしまうような歯ぐきの状態では

歯石除去の器具を軽く当てただけでも出血が。

これでは細かい部分の歯石の有無がわかりづらくなり

徹底した歯石除去が難しくなってしまいます。



歯周病の原因は歯と歯ぐきの境目の汚れです。歯ブラシの正しい当て方をマスターして歯周病治療に臨みましょう。

○佐藤 (詩) ○

虫歯になる原因を理解して、
健康な食生活を心がけよう!

皆様は、むし歯になる原因を知っていますか?

「甘いものをたくさん食べるから。」

これも間違いではありません。

しかし、最も重要なことは、

「量」ではなく「食べ方」なのです。

甘いものを控えているはずなのに、何故か虫歯が…実は飲食後、口の中では、細菌の生み出す酸や飲食物の酸によって歯の成分が溶け出します。(脱灰)その後、時間をかけて唾液が成分を歯に戻していきます。(再石灰化)

このとき、量より『頻度や時間』が問題になってきます。

こまめに、飲食をしてしまうと、唾液が歯を修復する再石灰化の時間が取れないのです。間食をなるべく避けて、規則正しい食事をを行い、胃にも、歯にも優しい健康な生活を心がけましょう!!

○松山○

○スタッフ紹介○

歯科医師の嘉数由香里です。

動物が大好きで

家では犬を2匹飼っています。

運動のためによく近所を

犬と一緒に散歩しています。

趣味は食べ歩きなのですが、

おいしそうなお店を見つけると

つい立ち寄りてしまいます。

特に甘いものが好物で

和菓子、洋菓子問わず

開拓していきたいです。

患者様に寄り添った治療をしていけるよう努めてまいりますので、どうぞよろしくお願いたします。



泉MK歯科クリニック新聞

2019
夏号
VOL. 31