

正しいマスクの取り扱い方(つけ方・外し方)

新型コロナウイルス感染拡大・インフルエンザ予防のため
正しいマスクのつけ方、外し方、捨て方をしましょう。

正しいマスクのつけ方

- 手洗い又は手指消毒
- 鼻と口の両方を確実に覆ってゴムを耳にかける
- 隙間がないように顔にフィットさせる



間違えたマスクのつけ方

- 口だけ覆い、鼻が出ている
- ゴムひもが緩い
- 使用中のマスクを顎にかける
- 顔にフィットしてない



正しいマスクの外し方

- 手洗い又は手指消毒
- ゴムの部分をもって外す
(マスク本体に触らないように気をつけましょう)
- よく手を洗う



※マスクだけでは完全に防げないので手洗い・うがい・アルコール消毒も併せて行いましょう！！

※食事の時などマスクを外す時は、

マスクケースや口に触れる面を内側に折ってビニール袋などに入れておきましょう。

○五十嵐○

◆発行元

泉MK歯科クリニック
TEL 022-373-0020
FAX 022-373-0040

◆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・祝祭日

青葉MK歯科

TEL/FAX
022-261-9047

◆診療時間

月・水・木・金曜日
9：00～18：30
(昼休み13：00～14：30)
土曜日
9：00～13：00
◆休診日
火・日・祝祭日

ブリッジ治療とは？？？

歯を失ったときの治療にはブリッジ、部分入れ歯、インプラントの3種類があります。今回はブリッジ治療について説明していきます。

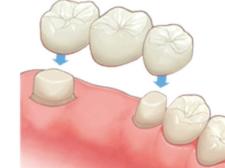
ブリッジとは、失った歯の両脇の歯を支えにして歯のない部分に連結型のダミーの歯を入れる治療です。3本連結のブリッジなら、3本分の仕事を両脇の2本の歯にさせることになります。つまり、支えとなる歯には本来の1.5倍の力がかかるので、両脇の歯に大変な負担をかけることになります。よって、支える歯が丈夫で噛む力に耐えられるかどうかでブリッジ治療ができるのか判断していきます。

【メリット】

- 固定されているので違和感が少ない
- 噛む力が落ちにくい
- 審美性を重視したブリッジの場合自然な見た目に回復する

【デメリット】

- 支えとなる歯を削る必要がある
- 支える歯に負担がかかり、傷む可能性がある
- 連結型なので汚れがたまりやすい



ブリッジ治療にご興味がありましたらお尋ねください。

○成見○

年齢に適したフッ素濃度は？？？

年齢	量	フッ素濃度	使用方法
6ヶ月～2歳	2mm程度の少量	500ppm	仕上げ磨きの時に保護者が塗る
3～5歳	5mm以下	500ppm	5～10mlの水で1回洗口
6～14歳	1cm程度	1000ppm	10～15mlの水で1回洗口
15歳以上	1～2cm程度	1000～1450ppm	10～15mlの水で1回洗口

※1450ppmは6歳未満の子どもには使用しないでください。

○佐藤(雪)○

噛み合わせが悪いと体が歪む



歯並びが悪く、かみ合わせが正常ではない場合、体を歪ませてしまう可能性があります。

噛む際に左右バランスよく力を加えていないと、口周りの筋肉やあごの関節などの片側に過度な負担をかけてしまい、肩こりや頸関節症などの症状が出てしまうことがあります。また、それだけではなく頭蓋骨自体が歪んでしまう可能性もあります。その歪んでしまった頭蓋骨のバランスをとるために骨格がさらに歪んでいくという悪循環に陥ってしまいます。

骨格が歪んでいくと左右のバランスの違いから腰や膝の痛みの原因になったり、酷いときには歪みによって神経が圧迫されて手足に痛みやしびれが起こる場合があります。正しいかみ合わせが重要ですね。

○小山○