



電動歯ブラシ

歯科医師 窪田 奈々香

電動歯ブラシって、使ったほうがいいのか？テレビのコマーシャルではいいようなことを言っているけれど・・・。と多くの方が思っているのではないのでしょうか？

まずは電動歯ブラシの種類についてです。一言で電動歯ブラシと言っても、種類も、値段も様々です。以下に各種類を簡単に説明します。

①高速運動電動歯ブラシ

小型モーターによるブラシの振動で汚れを落とします。通常の歯ブラシと同様に手を動かさなくてはいけないものもあります。

②音波歯ブラシ

音波技術によって生み出される液体流動力により汚れを落とします。きめ細かく力強い水流により歯と歯間、歯茎の溝など、手動の歯ブラシではとれない汚れをとることができると言われています。手を動かす必要はありません。水分が多い方が効果的なので歯ブラシを良くぬらしておくといいでしょう。

③超音波歯ブラシ

『超』と付くとなんだか効果が大きいような気がしますが・・・。超音波による振動は補助的なものなので手を動かす必要があります。超音波により歯と汚れの結合を弱めて、汚れを除去します。細菌に直接作用し、細菌の連鎖を破壊すると言われています。



購入する前に、どのタイプの電動歯ブラシか確認するようにしましょう。



次に、電動歯ブラシの利点、欠点です。

電動歯ブラシの利点は、

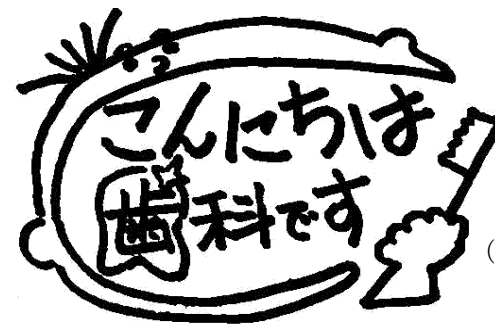
- ①歯磨きの時間短縮
- ②手に麻痺があるなどご自身で歯ブラシを動かすことができない方にはとても有効
- ③振動によるマッサージ効果で唾液の分泌がアップ

電動歯ブラシの欠点は、

- ①歯以外の部分（歯ぐき、舌、くちびる）などに当たっているだけで磨けている様な気がしてしまう。
- ②電動歯ブラシも、手動の歯ブラシも、汚れの部分に毛先をもって行くのはご自身。歯ブラシの毛先が当たっていなければ汚れは落ちない。
- ③柄が太くて持ちにくい。

よって、電動歯ブラシの方が手動の歯ブラシよりも良いとは言いきれないようです。

電動歯ブラシでも、手動の歯ブラシでも、使い方をしっかりと習得することが大切です。



8月号

第168号 2013年8月1日
発行 / 医療生協さいたま

生協歯科

〒336-0926 さいたま市緑区東浦和 6-16-1
(外来予約受付) TEL: 048-810-6100

(2階事務室) TEL: 048-810-6101 Fax: 048-810-6103

Eメール sika-j@mcp-saitama.or.jp

ホームページ <http://seikyo-shika.com/>

ほてつ教室 開催します♪



ほてつ物(つめもの・かぶせもの・入れ歯・ブリッジ・インプラント...)の種類は様々、さらに保険がきくもの・自費のものがあります。この教室では金属の種類から、そのほてつ物の利点や欠点まで、詳しくご説明いたします。

知っておいて損はありません♪ ぜひご参加ください。

日時：2013年8月21日(水)

午後2時～3時

講師：生協歯科 歯科医師 松本剛

場所：生協歯科 1階会議室

参加費：無料



診療時間

- 矯正診療日・・・毎週木曜日の夜間、第2・第4土曜日
- 歯科往診もおこなっております

曜日	午前	午後	夜間
月・火・木・金	8:30～11:30	13:00～16:30	17:30～20:30
水曜日	8:30～11:30	第5のみ午後も診療 (13:00～16:30)	
土曜日	8:30～11:30	13:00～16:30 (第5は午前の診療のみ)	

急患の方へ

*電話をまずお願いします。

空いている時間帯と患者さんのご都合で時間のご案内をさせていただきます。

乳幼児の口臭について



歯科衛生士 小川 綾乃

小さなお子さんと口臭・・・なんだか結びつかないような気がしますが、診療をしていると時々保護者の方から相談を受けることがあります。

なぜ乳幼児に口臭が起きるのでしょうか？

その原因の一つとして、口呼吸による口腔中の乾燥があり、3歳未満の乳幼児は鼻呼吸に必要な口輪筋が未熟で口呼吸になりやすく、口臭が起ることがあります。

他に、空腹時やむし歯なども口臭につながりますが、むし歯を治療したのに口臭がおさまらず、舌を清掃する方もいます。

でも小児の舌は大人と違いとても敏感で傷がつきやすいので、舌の清掃はおこなわないようにしてください。

口呼吸や口臭がなかなか治らない場合は、お気軽に歯科医に相談してみてください。



また生協歯科では、0歳～3歳までのお子さんとママさん達の交流の場として、**ひぼたまクラブ**を開催しています。

歯科衛生士、歯科医師、栄養士など、その時の学習に合わせた講師が来て、楽しく遊びながら学べるクラブです。

● 次回は、10月23日(水) 10時～12時予定です。ぜひご参加をお待ちしております♪

連絡バス << 浦和民主診療所・生協歯科・埼玉協同病院 経由便 >>

	浦和民主診療所 発	生協歯科 発	埼玉協同病院 着
	12:35	13:05	13:15
	15:45	16:15	16:25



<< 埼玉協同病院・東浦和駅・生協歯科 経由便 >>

※ 埼…埼玉協同病院行き
生…生協歯科行き

	埼玉協同病院 発 (東浦和駅 行き)	東浦和駅 発 ※	生協歯科 発 (東浦和駅 行き)
10時	10:45	10:55 生	
11時	11:45	11:25 埼 11:55 生	11:15
13時	13:35	13:10 埼 13:45 生	13:00
14時		14:10 埼	14:00

- 土曜・日曜・祝日は**全便運休**です。事情により運休日以外に運行をお休みする場合があります。
- 交通事情によっては運行時刻の変動があります。また、運行時刻を予告なく変更する場合があります。ご了承ください。

『虹の箱』から

＝ 生協歯科 事業所利用委員会 ＝



6月は1件でした。内容はほぼ原文で掲載しております。ご意見・ご要望・みなさまの声をお待ちしております。

■ **会計について**
長いこと通院していると窓口業務のスタッフが多忙であることがよく分かります。会計以外にいろいろな作業、物品販売・電話・質問など、さまざまな雑用をこなしています。そこで提案ですが、まず会計業務(治療者)を最優先してはどうでしょうか。

- ・歯ブラシ等の買い物は会計時にまとめて清算する。
- ・ちょっとした質問は会計が済むまで待ってもらう。
- ・必要以上の親切な対応は疑問・過保護。

高齢者が多い時間帯は特にわがままも目立っています。患者も流れを読む配慮が必要かと思えます。
※おそうじはいつもきれいですよ！
→ご意見ありがとうございます。会計の待ち時間でお待たせしたものと思います。受付はご指摘のとおり様々な業務を行なっていますが、受付・会計を優先に対応させて頂いております。受付ではお一人お一人を大切にされた対応を心がけております。不十分なところもあろうかと思いますがご理解とご協力をいただき、また今後も改善してまいります。

ボランティア(真珠の会)活動日 8月9日(金) 9時30分～



生協歯科1階会議室 集合 内容：草取りなどの環境整備
初めてのかた大歓迎♪♪ぜひご協力お願いします!!



組合員活動だより

♪ 2013夏の「平和の行動」

美園支部 青景 雅子

今年も恒例の生協歯科で「平和のつどい」が7月17日に行われました。埼玉憲法会議の渡辺さんより日本国憲法と自民党改憲案を学びました。今の憲法のすばらしさである主権在民、平和主義、基本的人権が守られるのか。9条の改定をして国防軍、天皇の元首化。その為に96条を改定しハードルを下げるとはとんでもない。

昨年の原水禁広島大会の参加報告、今年の長崎大会に参加する若い職員に折鶴を託しました。19日には緑区に平和行進が来ました。集会に先立ち東浦和駅前署署名行動も行き、世界大会に参加する職員2名と組合員2名を先頭に行進しました。

参議院選挙で自民大勝の中、**憲法改定**で平和が脅かされそうな流れです。私達は憲法に関心を持ち守るためにいま行動する時です。

