

佐井歯科診療所からのお知らせ

令和3年10月25日(月)から令和4年1月31日(月)まで、医師の都合により、弘前大学医学部附属病院 歯科口腔外科からの代務診療となります。

なお、受付時間は、以下のとおりとなります。

【診療日】月曜日・火曜日・木曜日・金曜日

【受付時間】月・木曜日【午前 8時30分～午前11時30分】

【午後 1時00分～午後4時00分】

火・金曜日【午前 8時30分～午前11時30分】

【午後 1時00分～午後2時30分】

※ 代務診療期間中は、夜間診療およびへき地歯科診療は行いません。事前に電話で予約のうえ、ご来院ください。

【お問合せ】一部事務組合下北医療センター 佐井歯科診療所 ☎38-2261

災害避難時には歯ブラシも必要です！

8月にむつ市、風間浦村で起きた土砂災害で被害に遭われた方々に心からお見舞い申し上げます。

ライフラインが寸断され何日も断水が続き、多くの方々が避難生活を余儀なくされました。阪神・淡路大震災から26年、東日本大震災から10年が経ちますが、大規模災害発生後は肺炎が増加することがわかっていて、平常時の9倍ともいわれています。阪神・淡路大震災では避難所での水、歯みがき剤の不足などから口の中で繁殖した細菌が唾液に混じって肺に入り引き起こす誤嚥性肺炎で多くの方が亡くなり、東日本大震災ではその教訓を生かして避難所での口腔衛生を守るための取り組みが行われました。

熊本地震ではさらに避難後の命を守る取り組みとして口腔ケアが重要視され、肺炎予防に繋がりました。避難所では水が不足し、パンやおにぎりなどの食事でも喉につかえやすいことから誤嚥しやすくなります。

被災のストレス、大勢の中での生活でプライバシーを絶たれるストレスから免疫機能も低下します。過労やストレスで免疫力が落ちると口の中の細菌のバランスが崩れて悪さをする細菌が増殖しやすくなるのです。むし歯や歯周病があると悪化しやすくなり、糖尿病や高血圧などの疾患のある方はさらに注意が必要となります。定期的に口腔ケアをしている方は急激に口腔環境が悪くなることはありませんが、「普段からの備え」は大切ですので、むし歯や歯周病は普段から治療しておきましょう。また、非常時の持ち出し袋には歯ブラシや水がなくても使いやすい液状の歯磨き剤も備えておくといいと思います。



第2回保育所むし歯予防教室を実施しました

9月17日(金)保育所で今年度2回目のむし歯予防教室を実施しました。

今回は6歳臼歯の大切さについて学び、おやつでの試食をして、食べた後の口の中の様子を鏡で見ると観察しました。子ども達は「ゼリーはつるんとして歯にくっつかなかった。」「チョコクッキーが奥歯に詰まった。」と話し、その後の歯みがき実習で歯ブラシの持ち方を確認しながら磨いて歯磨きの大切さを実感していました。

