

さくら歯科NEWS 5月



皆さんこんにちは(´へωへ`*)

最近では日中は暑い日が続き体調も崩しやすい季節になりました。いかがお過ごしでしょうか？

さて、今回は夏バテと歯の関係について考えてみましょう。(“ω”)

夏バテが引き起こす口腔環境の変化

①口臭がきつくなる・・・

夏バテで免疫が落ちているときには、口の中にある菌の活動が活発になります。主な原因は舌の上に汚れが溜まってできる**舌苔に原因**があります。

普段は唾液の自浄作用によってある程度菌の繁殖が抑えられていますが、夏は汗をかくことにより、唾液の分泌量も減少しています。

つまり夏バテになると、「免疫力の低下」に加え「唾液の自浄作用の低下」のダブルで**口腔内の菌が繁殖**してしまいます。

夏はのど越しの良いツルっとした食べ物が食べたくなりますが、かむ回数が減り唾液の分泌が減るので口臭の原因になります。

②歯周病が悪化する・・・

ほかの菌と同様に歯周病菌も活発になるため悪化しやすいそうです。**虫歯も同様です**。歯磨きなどのオーラルケアをしっかりと行い、歯科医院でのクリーニングをお勧めします。

③口の中がむくむ・・・

水分を多くとりすぎて脚がむくんだ経験はありませんか？粘膜の多い口腔内は脚と同様にむくみやすいそうです。

最悪の場合、舌がむくみ過ぎてのどを塞ぎ呼吸困難になってしまう可能性もあるそうです。夏バテは口腔内にも影響があるんですね。くれぐれも夏バテにはご注意ください！

新人スタッフ紹介

藤田 流維 (ふじた るい)

三月に専門学校を卒業して四月から歯科衛生士として働かせて頂きます。

まだ慣れない点も多いと思いますが、これから頑張りますのでよろしくお願ひします。

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



さくら歯科医院

0965-45-9808



ご予約の際はお電話お願いします(^^♪