

まき歯科ニュース!

5月2日、八王子にある「ななくに歯科」のみなさんがまき歯科へ診療風景を見学に来てくれました。

以前から交流があり、私たちも「ななくに歯科」さんへ見学に行かせてもらったり仲良くさせていただいております!

東京都八王子市七国にある「ななくに歯科」さんはとっても面白くセンスのいい深沢院長と、パワフルなスタッフさんがいる歯医者さんです。この日は一緒にランチを取り、医院の取組みについてシェアしました。

ななくに歯科のみなさんは、まき歯科を見学してスペースの活用が工夫されている事、院長とスタッフが強い信頼関係で結ばれていることがとても良い事だと言ってくれました。

常にチームワークを大切に日々診療しているので、それを評価してもらえてとても嬉しかったです!

ななくに歯科さんは、スタッフの人数も多く規模も大きな歯医者さんですが、まとまりがあり、情報の共有がとても上手です。このように取り組みをシェアし合う事でお互いがいい刺激をもらえて今後の医院の成長につながる貴重な時間を過ごすことができました。



DH☆NEWS

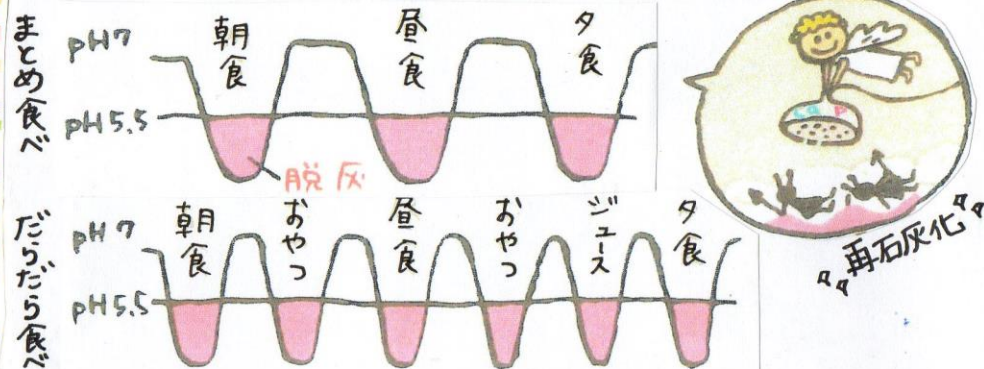


まとめ食べ・だらだら食べ

歯の表面を覆っているエナメル質はダイヤモンドと同じくらい硬いのですがムシ歯菌の出す「酸」に弱く、pH5.5より酸性に傾くと、エナメル質からカルシウムやリンが酸などのミネラル分が溶け出しムシ歯になります。(下図)

これが「脱灰」です。ところが、唾液には酸性に傾いた口の中を中和する力があり、食後に時間を空ければ、唾液の力で溶け出したミネラル分が元に戻り「再石灰化」が起きます。

食事と食事の間を空けて、唾液の力で再石灰化を促すことが大切なのです。



虫歯を予防するには、お口の中を清潔に保つことが大切ですが
食事や間食は時間を決めて食べるようにしましょう!

食事とセットにしてデザートを食べることで脱灰の回数を1回にすることが出来るので、結果的にムシ歯を予防する食べ方になります!!