



わっ歯歯 NEWS



医療法人社団 健巧会
江守歯科医院 院長

江守 道子

『歯の大切さ』

明けましておめでとございます

昨年は、医療法人 健巧会グループの一つにヒフ科・小児ヒフ科・美容ヒフ科「なつこクリニック」が加わり、新たなスタートとなりました。

今後は「江守歯科」「江守クリニック」と力を合わせ、少しでも患者さんにとって良い医療が提供出来るよう努力していく所存ですので、どうぞよろしくお願い申し上げます。

さて、コロナに明け暮れた一年間でしたが、感染者も少なくなり、ようやく落ち着いてきたようです。

しかし、最近、オミクロン株という新たなウイルスが発生したニュースが世界を駆け巡り、今後もウイルスが変異、生き残りをかけた戦いになりそうです。

また、海外ではいまだに感染者が多く報告されています。

しかし、考えるまでもなく、私達は日頃から、ウイルスや細菌に囲まれて生きているのです。人は誕生後から、心身ともに健康生活を心がけ、免疫力を付けて自己防衛するしか道はありません。



ウイルスとの戦いに負けないためにも**食事、運動、休養**、そして何より**ストレスをためない生き方**を心がけ心身ともに健康でありたいものです。

先日、通っているスポーツジムで時々お話をするA（五十歳・女性）さんと「歯の話」になりました。Aさん曰く「実は奥歯の歯が一本無いのですが：」私が驚いて「奥歯はすべての歯の中で最も大切な歯であり、それが無くなると下顎全体が後ろに下がり、上顎が前に出てきて出っ歯になりますよ。総入れ歯の患者さんは、すべての歯が突然なくなるのではなく、最初は一本の歯の欠損からですよ」と・・・。

Aさん「私の通っている歯医者さんは、都合が悪くなければそのままでもいいですよ」と・・・。

実は、当院に初診で来院する患者さんでも奥歯がすでに無くなっていてる患者さんが実に多いのです。

世界で、最も長寿と言われる日本人女性平均寿命は八十七歳、男性は八十三歳です。

しかし亡くなる七、八年は認知症などで、人の助けのいる期間です。

元気で長生きしている人は、総じて歯もたくさん残っている、又はしっかり咬める入れ歯が入っています。皆さん、元気で長生きするために体はもちろん、歯も大切にしましょう！



皮膚科症例 | ウルトラフォーマーⅢ HIFU によるたるみ治療

ウルトラフォーマーⅢ HIFU とは？

高密度焦点式超音波の作用で、真皮層～皮下組織～筋膜（SMAS）に超音波エネルギーを収束させ、点状に無数の熱作用を加えて、たるみを引き締める最新リフトアップ治療機器です。さらに、筋膜（SMAS）と同時に真皮層に超音波をあてることのできるため、たるみだけでなく、コラーゲンの生成を促して肌のハリや弾力、小ジワまで改善することができる美容治療です。

治療前（2021.8.20）



顔全体に HIFU 照射後
2 週間の経過

治療後（2021.9.6）



深澤なつこ先生のコメント

頬が引きあがり、ほうれい線が浅くなって全体的に若々しく元気になった印象です。フェイスラインもスッキリしてきているのでここからまたコラーゲンが活性され、さらに引き締まってくると思いますので楽しみです。

患者様からのコメント（39歳・女性）

頬のたるみが気になっていたのですが、HIFUをしてもらいました。施術してもらってから1週間くらいは、肌が緩んだ印象だったが、その後少しずつ締まってきて、たるみがスッキリしました。

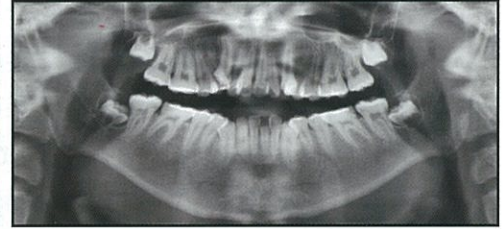
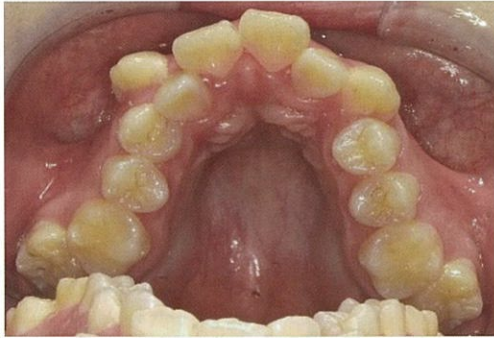
歯科症例

主訴：歯並びを治したい

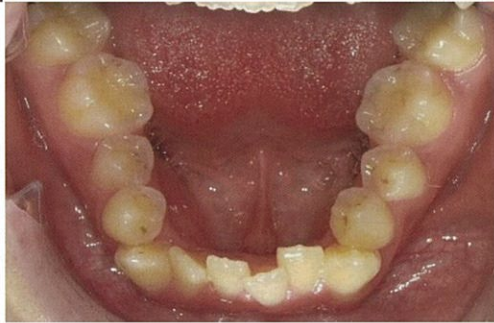
治療：矯正治療

治療前 (2017.10.16)

(14歳男性)

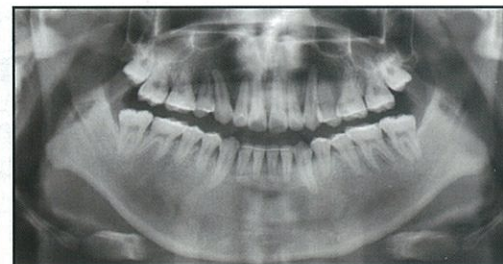
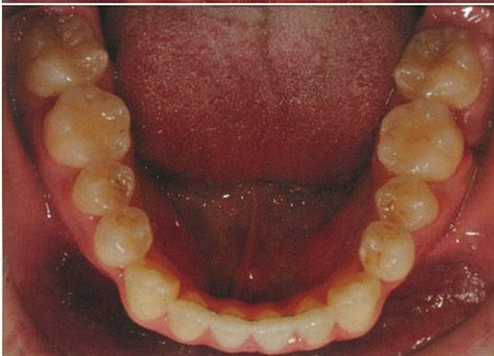


透明ブラケット矯正



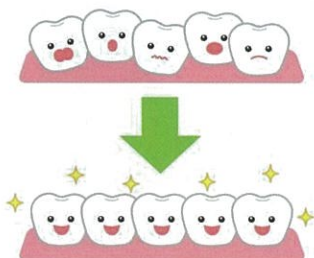
治療後 (2021.10.7)

(治療期間4年)



江守志野先生のコメント

上下顎が小さく、歯が並びきらず口を閉じた時、上下に隙間のある開咬状態の難症例のケースでした。当初、非抜歯の予定でしたが上のガタガタが大きく、上顎左右第一小臼歯を抜歯し治療。様々な装置を駆使しましたが、患者さんが非常に真面目＆協力的に使用してくれた為、きれいに仕上がりに、嬉しく思います。



江守クリニックからのお知らせ

～腰部脊柱管狭窄症

スポーツジムで友人が奥さんの肩を借りて足を引きずって歩いているのを見て「どうしたの?」と尋ねると、脊柱管狭窄症と診断され手術を勧められたようでした。

奥さんからは「手術」と言われ大変ショックを受けていたと聞きました。

同じ病気で私が昨年5月に腰の手術を受けた話をすると、やっと笑顔が出て来て「そんなら大丈夫だね!」ということになりました。

私の場合、歩き始めはよいのですが、100mも歩けば両足のつま先が引っ掛かり転ぶようになり、転ぶことが多くなったことで病院を受診。その時には、足の感覚異常（しびれや痛み）は、ほとんどありませんでした。しかし、リハビリ専門家に尋ねると、この時点で腰の神経の血流を改善できれば一時的だが症状は改善し、手術は遅らせることが出来るようです。時には、手術をしなくても良い場合もあるようです。

入院後2-3日で手術の予定が決まり、10日ばかり待機して手術となりましたが、経過は良好で、手術翌朝のご飯のおいしかったことを覚えています。

以上の様な症状のある方は、一度、是非ご相談ください。



江守クリニック
院長 江守巧

かむかむ簡単クッキング ～レンコンチーズつくね～



【材料 2人分】

- ・レンコン 200g
- ・鶏ひき肉 150g
- ・はんぺん 50g
- ・プロセスチーズ 45g
- ・大葉 2枚

- (A) 料理酒 大さじ1
- (A) 片栗粉 大さじ1
- (A) オイスターソース 小さじ2
- (A) すりおろし生姜 小さじ1
- (A) 塩こしょう 小さじ1/4

【タレ】

- 醤油大さじ 1.5 / 料理酒 大さじ1
- みりん 大さじ1 / はちみつ 小さじ2
- ごま油 大さじ1



【手順】

- ①レンコンの皮を剥きみじん切りにします。
- ②プロセスチーズを1センチ角に切ります。
- ③ボウルに鶏ひき肉、はんぺん、①② (A) を入れ、練りが出るまでよく混ぜ合わせ、2センチ程度の丸形に成型します。
- ④中火に熱したフライパンにごま油をひき、③を入れて両面を焼き色がつくまで5分ほど焼き、火が通ったら、タレの材料を入れ全体によく絡めます。
- ⑤大葉とともに盛り付ける。