

すやま歯科

DENTAL NEWS

2024年
1月号



あけましておめでとうございます。本年もよろしくお願いたします。

1月の和風月名は「睦月（むつき）」です。睦月の由来は諸説ありますが、お正月に家族や親戚一同が集まって宴会をしてみつみあう（お互いに親しくすること）というのが最も有力とされています。お正月にみんなで食卓を囲むのにかかせないものは、やはり「おせち料理」ですよね。

重箱に色とりどりの具材が詰められたおせち料理には、ひとつひとつの具材に意味があります。例えば、おせちに欠かせない「数の子」は卵の数が多いので子宝や子孫繁栄といわれています。ニシン（二親）の子ですから、両親の長寿という意味もあるそうです。邪悪なものをよける色とされてきた黒、「まめに働いて暮らす」という意味から豆、「黒豆」を健康と勤勉を願ってお正月にいただきます。

新年は、様々な縁起を担いで作られたおせちを食べ、1年間の健康と幸せを願いましょう。そして何歳になっても美味しく健康的な食事ができるよう、定期健診とクリーニングで虫歯や歯周病を予防しましょう。



すやま歯科

電話 095-843-7234

診療科目 一般歯科/小児歯科/審美歯科/訪問歯科
インプラント/予防歯科/口腔外科

交通手段 路面電車「千歳町電停」下車徒歩3分
長崎バス「住吉バス停」下車徒歩2分



診察時間	月	火	水	木	金	土
午前	9:00 ~12:00	9:00 ~12:00	9:00 ~12:00	9:00 ~12:00	9:00 ~12:00	9:00 ~12:30
午後	13:30 ~18:00	13:30 ~18:00	13:30 ~18:00	13:30 ~18:00	13:30 ~18:00	

新年はホワイトニングで輝く笑顔

明眸皓齒（めいぼうこうし）とは、「ぱっちりとした開いた明るい目と白い歯」という意味で、世界3大美女の一人、楊貴妃を指す言葉です。現代では美人を表す言葉として定着しました。昔から人々は、美しい歯に憧れを持っていたのです。



ホワイトニングは、クリーニングでは落ちない汚れを、歯を削ることなく白くする方法です。歯の表面にホワイトニング剤を塗り、歯の中にある色素を分解して白くしていきます。色々な方法がありますが、歯科医院で実施している医療用のホワイトニングではシェードガイド（図のような指標）で5段階程度、白くすることができます。歯が白いと笑顔に自信を持つことにもつながります。新年を白い歯でスタートしましょう！



シェードガイド

★歯の変色の原因には 2 種類ある

歯の着色の原因には、外因性の変色と内因性の変色の 2 種類があります。外因性は主にコーヒーやお茶、食べ物による着色や、タバコのヤニによる汚れ（ステイン）によるものです。これは歯科医院での PMTC などのお口のクリーニングで改善することができます。

内因性の変色は、加齢によってエナメル質の透明度が上がり、黄色い象牙質が透過してみえる場合や、お薬の副作用による変色、歯の神経が死んでしまうことによる変色などがあります。歯そのものの色の変色しているので、改善するためにはホワイトニングが必要です。

★ホワイトニングの種類

・オフィスホワイトニング

すべての工程を歯科医院で行う方法です。ホワイトニング効果のあるジェルを歯に塗り、光や熱で活性化させ、歯の黄ばみを分解していきます。高濃度の薬剤を使用するため一回でも白さを実感していただけます。お仕事帰りなどに、美容院感覚でホワイトニングができます。忙しい人や時間をかけずに歯を白くしたい方におすすめです。

・ホームホワイトニング

自分専用のマウスピースを用意して、自宅で行うホワイトニングです。オフィスホワイトニングより白くなるのには時間がかかりますが、毎日2時間程度繰り返し行うことで白さが定着し、オフィスホワイトニングより長持ちします。自分のペースでホワイトニングをしたい方におすすめです。

・デュアルホワイトニング

上記2つのホワイトニングを併用する方法です。歯の白さに対する即効性と、持続効果が期待できます。結婚式などの大切なイベント時などにおすすめです。

※ホワイトニングの効果は半永久的なものではなく、1 年程度で白さが後退します。白さを保つために、定期的に歯科医院でホワイトニングを続けましょう。



すやま歯科

