

皆さん、こんにちは。

8月。まさに、夏真っ盛り。各地で猛暑日が続き、体力もうばわれがちですが、栄養・休養をしっかりとって、夏バテしないようにしたいですね。

《お口の健康のために》

入れ歯安定剤を上手に利用しよう

私たちが義歯（入れ歯）をつくる時は、“しっかりと噛めて” “痛くない” ものを目指しています。しかし、「入れ歯」という硬い人工物を柔らかい口の中に入れて使用する訳ですから、中には、“入れ歯安定剤”を利用することで、快適に使えるケースも少なくはありません。ただ、多くの方は、明確な用途も知らず、市販の安定剤を使用しているのが現状だと思われます。

◎粘着タイプ（クリームタイプ）

- 一使用法 : 入れ歯の内側に薄くのばす。
- 一使用目的 : 歯科医院で、何度か調整しても痛い箇所がある場合や外れやすいなど、改善が見込めない場合。
- 一利点 : 安定が期待できる。
- 一欠点 : ベタついて、手や粘膜に付着することで不快感が出ることもある。

◎密着タイプ（クッションタイプ）

- 一使用法 : 入れ歯と粘膜との大きなスキ間を埋める。
- 一使用目的 : 作成後の日数が経ち、入れ歯と粘膜との間にスキ間が出来て不適合になった場合。
- 一利点 : ベタつかず、水洗いが出来る。クッション効果で痛みが緩和。
- 一欠点 : 厚みが出るので量などによっては噛み合せに変化が出やすい。

このように、用途・目的によって使い分けることで、快適に「入れ歯」を使用できるので、ご利用をお考えの方は、一度、歯科医院に相談してみてはいかがでしょうか。

今月のおすすめイベント



相模原納涼花火大会 (8/28)

◎相模川高田橋の上流でスター マインを中心とした約8000発の花火が打ち上げられ、夏の夜空を豪華に彩ります。

今月のおすすめレシピ

豚冷しゃぶ柚子こしょう風味



簡単に美味しい

材料
○豚切り落とし 250g ○レタス 3枚
○たまねぎ 中1/2個 ○ピーマン 1個
○柚子こしょう 大匙3

作り方

- 1たまねぎはスライスして短時間水にさらしておく。
- 2レタスは食べやすい大きさにちぎり、ピーマンは千切り。
- 3豚切り落としは沸騰した湯でさっと湯がき、氷水で冷やして水気を切っておく。
- 4器にレタス、たまねぎ、ピーマンを盛り、3の豚肉を盛って柚子こしょうをかける。

おすすめおログッズ

ウルトラフロス

○初心者の方でも安心して歯肉に触れる歯頸部や歯肉縁下のフロッシングができます。唾液に触れるフロスがスポンジ状に。

○独自の構造で、広い面積のフロッシングが効率的・効果的にブラーク除去ができます。



当院のHPです。

<http://www.marguerite-dental.com/>

院長ブログ はじめました。
当院HPからバナーをクリックください。



南林間 MINAMIRINKAN
MARGUERITE DENTAL CLINIC

マーガレット歯科クリニック

南林間駅 西口から駅改札への階段途中の入り口から入って、カルチャーセンター受付の先

ニコニコ

TEL : 046-278-2525

〒242-0006

神奈川県大和市南林間1-6-11
小田急マルシェ南林間2F

《小田急マルシェ駐車場利用できます（1h無料）》

<http://www.marguerite-dental.com/>