

しあわせはこぶ クローバー通信

山形市 よしはら歯科医院

TEL: 023-685-8741

白い歯っていいなあ〜ホワイト&White



歯の色が気になったことはありませんか？人の第一印象は3秒で決まると言われています。「メラビアンの法則」では、3つの要素が、視覚（見た目）55%、聴覚（声）38%、言葉（話す内容）7%の割合で第一印象に影響を与るとされています。顔の3分の1を占める口。白い歯は顔の印象に大きく関わっています。歯の着色・変色には様々な原因があり、それぞれ治療方法が異なります。

歯の表面の着色

汚れ、歯石、お茶・コーヒー・ワイン等のステイン、タバコのヤニが原因です。清掃不良で悪化します。

歯石除去などのクリーニングや、頑固なステインやヤニはPMTC（自費着色除去）で落とせます。軽度の着色は着色除去専用の歯磨材も有効です。



虫歯・つめものや差し歯の変色

虫歯により茶色や黒に変色。つめものや差し歯が劣化して色素が沈着して変色します。

虫歯の治療やつめもののやり直し、差し歯の交換（状態により不可能な場合あり）で改善します。



加齢・内部の色素沈着

加齢により表面のエナメル質が薄くなり内部の象牙質の黄色が透けてみえている歯や、着色が内部まで進んだ歯です。ホワイトニングが有効で、白くなる速度は個人差があります。



神経を抜いた歯もしくは神経が死んだ歯

栄養が象牙質まで届かず灰色や茶色に変色しています。根の治療をして差し歯を被せると改善します。



よしはら歯科医院では個人個人に合った治療方法をご提案するカウンセリングをトリートメントコーディネーターにより実施しております。お気軽にご相談下さい。

夏の天敵!!!

蚊に刺されにくくする方法特集



8月に入り夏の暑さも本格的になってきました。

花火・海・キャンプ・お祭・BBQなど・楽しいイベントがたくさんですね♪

屋外でのイベントが増える中・気になるのは日焼けと虫!!

ということで・今回は蚊に刺されにくくする方法を調べてみました☆

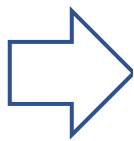


蚊に刺される原因・蚊が好むもの

- ・ 暗い服
- ・ 二酸化炭素
- ・ 汗
- ・ 特に夕方は行動が活発

刺されにくくする方法

- ・ 虫除けスプレーを活用
首回り、顔回りも忘れず! (塗り直しも必要)
- ・ こまめに汗を拭く
蚊は汗に含まれる成分を好みます
- ・ 白い服を着る
肌の露出を控える
- ・ 室内への蚊の進入を防ぐ
蚊は柑橘系やハーブの匂いが苦手です
玄関先でハーブを育てると進入を防ぐことができます



刺されやすい血液型

- 1位 O型
- 2位 B型
- 3位 A型



～かむかむクッキング～

シャキシャキねばねば梅あえ

<材料>

- おくら… 10本 山芋… 8cm 位
- きゅうり… 1本 大葉… 6枚
- ★はちみつ梅… 2個 ★めんつゆ… 大さじ 1.5
- ★みりん… 大さじ 1/2 ★ごま… 適量

- ①山芋は1cmの角切りにし、オクラは茹でてきる、
- ②きゅうりをビニールに入れて叩いて割る。
大葉は細く細かく刻む。
- ③梅を包丁で細かく潰して。
★を混ぜ合わせたら出来上がり!

