

谷口歯科新聞

コロナ禍 2度目の夏

日増しに日差しが強くなってきており、夏の到来を感じるようになってまいりました。今年の夏は例年より暑くなると言われており、熱中症予防の為にこまめな水分補給が大切ですよ！

こまめな水分補給(お水)は、唾液の促進、口臭予防などお口の環境にも大変良いことです！この夏は、お水1日2リットルを目安に、一気にではなく少量をこまめに飲むことをぜひ心掛けてみてください。

No. 28

令和3年7・8月号

簡単料理

厚揚げレシピ第二弾!!

厚揚げの味噌チーズ焼き



| 材料 | |
|----------|----|
| ・厚揚げ | 1枚 |
| ・ミックスチーズ | 適量 |
| ・大葉 | 適量 |
| ・味噌 | 小2 |
| ・みりん | 小2 |

1. 厚揚げはペーパータオルで油を拭き取り、食べやすい大きさに切る。
2. 大葉は洗って水気を切り、千切りにする。
3. 味噌とみりん、大葉を混ぜ、アルミホイルの上に乗せた厚揚げの上にまんべんなく塗り、その上にミックスチーズを乗せる。
4. オーブントースター又は、魚焼きグリルでチーズが溶けてこんがり焼き目がつくまで焼いたら完成♪

谷口歯科診療所

谷口歯科診療所
Youtube Channel



動画リストはこちら→



コラム Vol. 11

インプラント治療におけるセカンドオピニオン

皆さん、こんにちは。赤れんがテラス6階 谷口歯科診療所 youtuber 谷口昭博です。毎週土曜日19:00 動画をUPしております。どうぞ宜しくお願いします。

ここ5~6年前辺りから増えておりますのが "インプラント治療のセカンドオピニオン" です。

インプラント治療を検討中の方、既に他院にてインプラントが埋入された直後の方(インプラント手術が終わった後の不具合や不信感など)、

数年前にインプラント治療を他院にて受けた後も調子が悪くて咬めない、咬まなくても自発痛があるなど様々な方からのお問い合わせが年々増えております。



ある側面から見て、インプラント治療が世間一般に普及していることが伺えます。日本口腔インプラント学会の専門医である私の立場からは、大変に嬉しい事であります。

歯の欠損に対して行う治療として、これ以上無い位に理想的な治療であり歯科界では素晴らしい発明と感じております。

しかしながら、普及に伴って不良症例も増えてくるのも事実なんです。

年々、不良症例への対応が多くなってくると本当に心配になってしまいます。それでは、インプラント治療における安心の証とは何でしょうか？

その答えは、QRコードからチェックして下さい！

谷口歯科診療所 院長 谷口昭博



歯が染みる!? そんな時は・・・?

気温も暖かくなってきていよいよ夏が始まりますね。夏といえば冷たいもの。冷たいものといえばキーンと歯が染みるあの症状を思い出す方も多いのではないのでしょうか。そんな知覚過敏には "硝酸カリウム" という成分が有効と言われています。ぜひ、歯磨き粉の裏の成分を確認して自分に合った歯磨き粉を見つけみて下さい！

1つ注意が必要なのは染みることには様々な原因がある事です。歯磨き粉だけでは改善が難しい原因が考えられることもありますので、お悩みの方は1度歯科医院に相談してみてくださいね。

歯科衛生士 杉山

