

簡単料理



しらすでカルシウムを+♪

春レタスとしらすの サラダ



材料	
・レタス	半玉
・ブロッコリースプラウト	適量
・しらす	適量
☆ごま油	小1
☆しょうゆ	数滴

1. レタスは洗ってちぎり、よく水気を切る。
2. ブロッコリースプラウトなどお好きな野菜と一緒に器に盛り、しらすを散らす。
3. ごま油を回しかけ、しょうゆを数滴たらしたら完成♪
しらすの塩分とごま油の風味で、少ない調味料でも美味しくいただけます♪

谷口歯科診療所



谷口歯科診療所YouTube
再生リストはこちら⇒



札幌にも心地よい春の風が吹き始め、草花も色鮮やかに
なっております。

谷口歯科新聞

色とりどりの春



No. 39

令和5年5・6月号

コラム
Vol. 32

原因不明で歯が痛い?! その原因追求と対策とは?

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致します。

2023年4月で歯科医師28年目となりました。

このキャリアで改めて思います、**歯科治療において最も難しいと感じる治療内容**があります。それは、**、どちらか一つの場合もありますが...**

「咬むと痛い」、「歯がしみる」この2つに絞られます。

この2つの症状は、**ほぼ同時に起きる事が多い**様な気がします。

例えば、咬む為の歯が無い場合は、**歯牙欠損を補う対応として、入れ歯、ブリッジ、インプラント治療の選択肢から患者さんに選んで頂くこと**でほぼ解決します。

虫歯、歯周病などで**歯や歯周組織が痛い**場合は、**虫歯治療、歯周病治療を行う事**で解決します。

そうなんです。原因が特定さえ出来れば、治療は可能なのです。

しかしながら、**原因の特定が困難であり、「咬むと痛い」、「歯がしみる」が同時に起きている患者さんの治療は困難を極めます。**

それは、**保険治療においては、検査項目が限られている点**に尽きます。

実は、**X線(レントゲン)診査と歯周病検査しか原因特定する検査として認められていないのです。**

では、**虫歯でもない、歯周病でもない、でも歯が痛い**場合は、「経過を追う」以外には、「**痛み止めの処方**」、「**歯の神経を抜く**」、「**歯自体を抜く**」しか**選択肢が無いのです。**

当診療所は、**毎日の様にセカンドオピニオンによるお問い合わせが絶えません。**

「**他院にて明日、歯の神経を抜くと**言われているが**本当にそれで良いのか?**」が、**実に多いのです。**今回は、**その原因特定と治療方法について** R5年4月29日から始まり、**YouTube 最新作でお話をさせて頂きます。**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

ご存知ですか? “唾液”の役割

唾液がないと味を感じることができないことをご存知ですか?
 食べ物の味は、舌の「味蕾(みらい)」と呼ばれる器官に、食べ物の味を構成している物質が唾液に溶け込むことで届けられ、初めて感じる事ができます。唾液が少なくなると、味を構成している物質が味蕾へ届きにくくなってしまうと、味自体が無くなってしまったりします。あなたのお口は唾液が少なくなっていないませんか?
 ぜひ一度、お口の健康状態をチェックしてみたいかがでし
 ようか。
 歯科衛生士 宮本