

# あさか訪問通信

H28.8月号



## 入れ歯の SOS!!

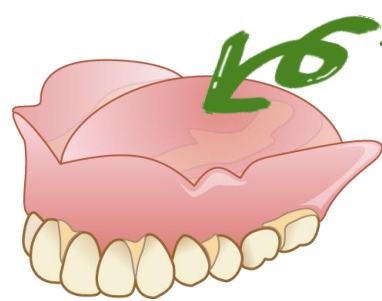
～ゆるい編～

こんな症状ありませんか？

- 入れ歯がすぐ外れる
- 入れ歯がよく動く
- 入れ歯が落ちそう
- 歯ぐきに傷がある
- お話がしづらい
- 入れ歯と歯ぐきの間に食べカスが入る



### ～歯科での対応～



#### 入れ歯の裏打ち

歯科の治療では、入れ歯の裏打ちの部分に材料を足したり、柔らかいクッション材を敷いたりして、調整を行うことが可能です。(場合によっては新しく作り直すことをお勧めしております。)

### ～ご自宅での対応～



更に入れ歯を安定させたい、なじませたい場合は、粉末タイプの安定剤をお勧めします！

#### ◆ファストン（粉末タイプ）のメリット

- ・粉末なので違和感なく使用できる
- ・使用後の安定剤のお掃除がカンタン！
- ・口腔内に残りにくく、お口の中の清潔を保つことが出来る

安定剤の使用については、まず歯科医師にご相談下さい！



## 高齢者の夏バテ対策

いよいよ夏本番です。暑い日が続きますので、しっかり夏バテ対策を行いましょう！

**水分補給**…コップ1杯のお水をこまめに飲むのが効果的です。

緑茶には利尿作用がありますので、脱水予防にはあまり向いていません。(経口補水液の活用もオススメです！)

**栄養摂取**…1日3食しっかり摂り、バランスの良い食事を心掛けましょう！豚肉・豆類は夏バテ予防に効果的です。歯科医師と一緒に何でも食べられる**口腔内環境作り**を行いましょう！

**空調管理**…エアコン、扇風機をうまく活用して、**室内の温度は、27度～28度を保ちましょう**。強い日差しは浴びているだけで体力を消耗します。すだれや遮光カーテンの活用もオススメです。

## スタッフの近況 ～写真のご紹介～

バーベキューをしてきました♪  
in お台場 助手：中西



7月の院内勉強会を行いました。今回は Dr 高梨より「認知症」についてお話して頂きました。



浅賀歯科医院  
浅賀・敬デンタルクリニック