

プライムニュース



ポカポカ陽気な日も増え、桜も開花し始め、春を感じる事が多くなった今日この頃、いかがお過ごしでしょうか？この時期の話題と言えば「桜」…と言うより、「お花見」の方でしょうか。去年はプライムで初めてのお花見をしました。少し寒くそして楽しかった事を覚えています。楽しい時(時間)は、鮮明な記憶と共に今でも良い気分させてくれます。今年も是非やりたいな~と思っています！

みなさんのお気に入りのお花見スポットはどこでしょうか！是非プライムケアスタッフにも教えて下さい。
 フログでおなじみ キラッポです。

上田 泰輔

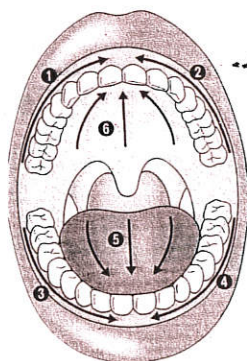
舌苔のはなし

舌の表面に付いている白っぽいもの。実は、これ歯の表面に付くプラーク(歯垢)と同じものなんです。舌にもプラークが付くのです。舌に付いたプラークを舌の苔と書いて、舌苔(ぜったい)といいます。

舌苔は食べ物の残りがすや舌からはがれ落ちた細胞が口の中の細菌と混ざり、舌の表面に付着したものです。通常、口の中は唾液の分泌によって自然に洗浄されていますが、胃腸に疾病があったり、ストレスなどにより口の中が乾くと、舌に白い汚れが大量についてしまうことがあります。これが口臭や味覚障害にも関係してくるといわれています。

口の機能が低下すると汚れが付きやすい

マヒなどで舌の機能が低下すると、舌の表面に舌苔が付きやすくなります。また、頬や唇の機能が低下すると、唇や頬と歯茎の間に食べかすが残りやすくなります。歯だけでなく、こうした部分のケアもお忘れなく…！



舌と粘膜のケア順序

- ① 右上の口腔前庭部
- ② 左上の口腔前庭部
- ③ 右下の口腔前庭部
- ④ 左下の口腔前庭部
- ⑤ 舌
- ⑥ 上あご

今月の決め事・『コミュニケーション力を高めよう』

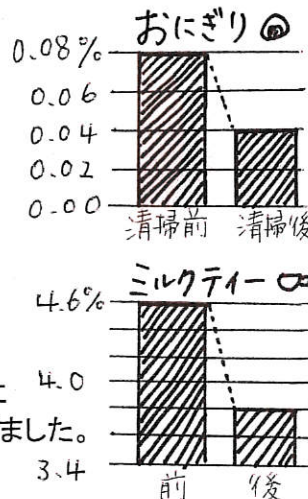
一言でコミュニケーションと言うのは簡単ですが、実は…奥が深いもの。みなさんの職場orプライベートはいかがですか？！私達プライムでは、患者さんに良いサービスが提供できるよう、まずはチームワーク=コミュニケーションを大切にしていこうと考えています。

『挨拶は目と目をあわせてニコリと(^v^*)』by藤井

舌苔ケアで味覚アップ！



味覚を感じる『味蕾(みらい)』は口にあり、その半分以上は舌の表面の舌乳頭にあります。味刺激を受けると脳の味覚中枢に伝わり、嗅覚、視覚、聴覚、聴覚、食経験の記憶と一緒に「おいしい」と感じる事ができるのです。舌清掃の前と後で、それぞれおいしいと感じる濃度の変化を実験。その結果、舌清掃をして舌苔が少なくなった状態では、すべての食品で濃度の薄いものをおいしいと感じ、特におにぎりでは塩分が50%も薄くなりました。



<食後のお茶が有効>



昔はご飯を食べた後には、緑茶を飲む習慣がありました。カテキンは口の中の汚れもとってくれるので、舌をきれいにする効果があったのです。最近では、舌苔対策のための口腔ケアグッズも数多くあり、プライムでも舌専用ブラシやスポンジ、洗口液やたんぱく質分解酵素を配合した、タブレットも使用。
 *詳しい使用法はプライムスタッフまで！



第2回 スタッフ紹介 ◎三好 香コーディネーターの巻◎

いつもニコニコ、お年寄りが大好きな三好さんです！
 通称 みよたん。

誕生日は？ 6月12日 血液型は？ AB型 趣味は？ THE BOOM
 宮沢和史さんのコンサートに行くこと！！韓国ドラマ・読書・映画鑑賞。
 コーディネーター歴は？ 歯科業界15年以上。プライムは2年目です。



訪問歯科の楽しいところは？ 毎日患者さんやご家族、スタッフの方々の笑顔にあえると、私も幸せな気持ちになれるのでとても楽しいです。
 ひとこと 色々な方にお目にかかることで、こういう風になりたいとか、どういう風に年を重ねていきたいとか…よく考えるようになりました。私も良い人生を送れるように、努力していきたいと思っています。

Prime care 出張訪問 歯科診療
 お気軽に 相談下さい！
 まってまです

プライムケアデンタル

〒710-0151 岡山市南区灘崎町植松568-1

TEL 086-485-2200

FAX 086-485-0200

受付時間 8:30~18:30

休診日 土・日・(たまに)祝

プライムブログ 毎日更新中！ => http://www.1182525.jp