

★ 会員卓話

郡司 武俊 君

歯周病克服への道

プラーク（歯垢）が原因で進行する歯周病は、あなたの知らない間にジワリジワリと歯の周囲の骨を溶かし、ついにはその全ての歯が抜けてしまう病気です。この病気を克服するには、次の4つのキーワードが重要になります。

- ① 知る・歯周病は細菌の引き起こす病気です。これを治すには患者さん自身がその病気についてよく知ることがたいせつです。
- ② 見る・歯周病の元凶であるプラークを歯ブラシで落とすにはまずどこにプラークが付きやすいかを自分の目で見ることから始まります。
- ③ 取る・正しいブラッシングによって歯周ポケット内のプラークを徹底的に取ることが歯周病治療の基本となります。面倒ですが、何度も練習してそのテクニックを身に付けることが歯周病克服への道なのです。
- ④ 来る・歯周病は1回の来院で治る病気ではありません。長年の間に進行した慢性的な病気ですから治療後も長期にわたり定期的に審査・診断を受けることがとても大切です。

※ 以上の四つを十分理解したうえで、気長に歯周病菌と戦っていきましょう。その結果はゆっくりですが、確実にあがっていくはずです。

★ 幹事報告

柳田 光寛 君

※ 例会変更等・変更無し

※ 会員増強セミナー開催の案内

期 日～ 平成18年7月22日（土）

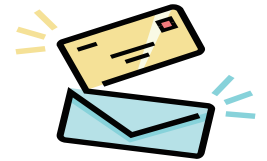
場 所～ みそめ館・鹿児島県霧島市

時 間～ 12時受け付開始～15時30分閉会

参加者～ 各クラブ会長・幹事・増強委員会
富永 国俊ガバナー
ガバナー補佐各位

♪ハッピー・メッセージが届きました♪

何才になっても祝って戴くのは本当にうれしいものです。ありがとうございます。



(谷口 幸子)

★ 歯ブラシの選び方

柄も 植毛部もストレートなものが良いでしょう。

歯には上下、左右、前奥、表裏があるので、特定の場所に合わせると磨きにくい歯ブラシになります。

大きさは小型なものの方が小回りがきいて磨きやすく、毛の硬さは普通の硬さのナイロン毛が最適です。



硬い毛は歯や歯肉を傷つけることがあります。歯肉の炎症が強い場合は最初は柔らかめのもので使用し、炎症が治まってきたら普通のものに代えるようにしましょう。

～ MENO ～

出席状況 第929回 平成18年5月24日

会員数	29名	欠席者数	5名
出席者数	24名	メイクアップ	2名
出席率	82.0%	修正出席率	89.0%

■ 四つのテスト

- 1. 真実かどうか
- 2. みんなに公平か

- 3. 好意と友情を深めるか
- 4. みんなのためになるかどうか