

# 健口ニュース

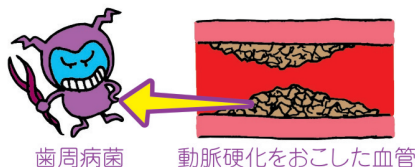
## 予防の話 放っておくと 怖い歯周病

### 動脈硬化や狭心症・心筋梗塞などの 心臓病のリスクを高める歯周病

歯周病が悪化して、歯周病菌が血液中に流れ込み、心臓の内膜に歯周病菌が付着すると、心内膜炎という心臓病を引き起こすことがあります。これは、死に至ることもある大変危険な病気です。

また、歯周病菌が動脈硬化を増悪させるという報告があります。動脈硬化とは、血管が厚く硬くなり血管の内側が狭まる病気。これが、心臓の筋肉に栄養を送る冠動脈におこり、血管が狭くなったり（狭心症）、詰まったりする（心筋梗塞）のが虚血性の心臓病です。

歯周病菌が動脈硬化をおこしている血管に付着すると、血管を狭める作用を促進すると考えられています。動脈硬化をおこしている血管の細胞から、歯周病菌が検出されるとの報告があります。



## 豊富な栄養素で 疲労回復と美肌に



菜の花はアブラナ科の、とても栄養価の高い緑黄色野菜です。

βカロチンやビタミンB1・B2、ビタミンC、鉄、カルシウム、カリウム、食物繊維などの豊富な栄養素をバランスよく含んでいます。

菜の花に含まれるカロチンやビタミンCは免疫力を高め、風邪の予防やがん予防に効果があるといわれています。また、美肌や老化防止効果も期待でき、体内の塩分バランスを保つカリウムも豊富なので、高血圧の予防や治療中の方の食事に向いています。

さらに食物繊維や鉄分も豊富なので便秘の方や貧血気味の方におすすめ。積極的に食べていただきたい春を感じる野菜です。

季節の野菜

## 菜の花の話



## 歯科医療情報

### 「入れ歯の種類」

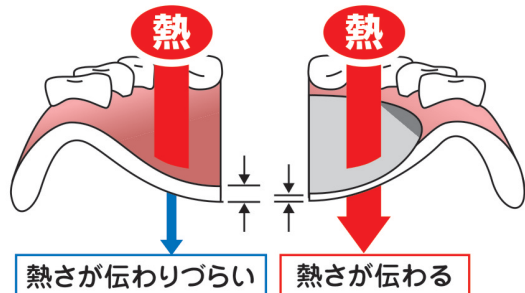
詳しいことは当院にご相談ください。ご家族のことでOKです。

#### 入れ歯のプラスチック床と金属床の違い

保険入れ歯の約1/3の薄さで入れ歯を作ることができます

保険 プラスチック床

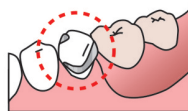
保険外 金属床



床の厚さが薄いと口の中の違和感が少なく快適な上、食べ物の温度が伝わります。

保険が適用される一般的な入れ歯は、床の部分がプラスチックでできています。保険が適用されるため比較的安価なのですが、強度を持たせるために分厚くなり違和感があります。また、熱が伝わりにくいため食感が損なわれます。部分入れ歯の場合は金属のバネが目立つことがあるなどのデメリットがあります。これらのデメリットを解消するために、入れ歯にも様々な種類があります。

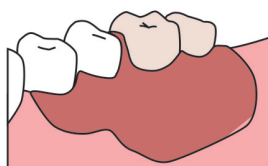
### 保険の入れ歯



経済的ですが前歯でも銀色のバネしか使用できないので、見た目にも入れ歯とわかります。

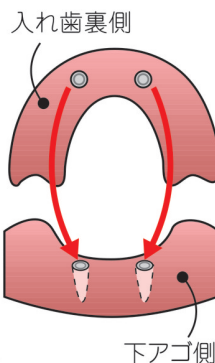
#### 入れ歯を目立たなくできる 保険外の入れ歯もあります

##### ◎金属のバネがないタイプ



金属のバネがないので見た目がキレイで入れ歯と気付かれません。

##### ◎マグネット式のタイプ



磁石を入れて入れ歯を固定するタイプの義歯です。取扱いが楽で装着も取り外しも簡単です。装着した時の安定性が抜群で、今の入れ歯が「良く外れる」「動いて気になる」といった事でお困りの方にお勧めのタイプです。