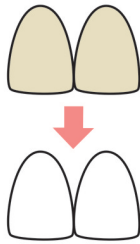


キレイな口元、白い歯で 好感度アップ!

キレイな口元、輝く白い歯は笑顔を引き立て、周囲の方へ良い印象を与えます。歯を白くしたり、口元を美しくする方法は色々あります。お気軽にご相談ください。

天然の歯を本来の白さに。

歯のクリーニングは日常の歯磨きでは落ちない汚れ、コーヒーやお茶等の着色を除去し、本来の歯の白さを取り戻します。

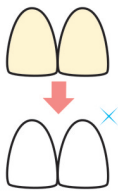


変色した歯を輝く白い歯へ。

ホワイトニングは次の方にお勧めです。

- ◎本来の歯の白さより、もう少し白くしたい方
- ◎元々の歯が変色している方
- ◎加齢による歯の変色を改善したい方

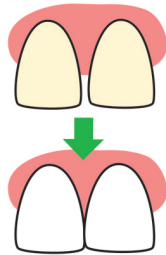
年齢とともにお肌が変化するように、歯も年齢とともに変色してきます。最近では老若男女を問わずホワイトニングを希望される方が増えています。



被せ物で色と形を整える。

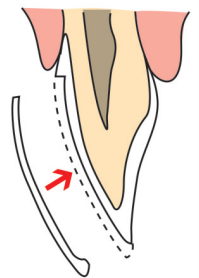
セラミック素材は天然の歯に近い差し歯を作ることができるため、見た目が大事な前歯の被せ物に適しています。

1本だけの場合でも、前歯全部でも適応できるので、前歯の隙間、変色、形など様々なお悩みに対応できます。



つけ爪のような板で、 色と形を整える。

歯の表面を薄く削り、つけ爪のようなセラミック素材の板を歯の表面に貼り付けます。歯を削る量が少なくすみ、天然の歯のような仕上がりで周囲の歯との違和感ありません。



健康・マメ知識

「熱中症」に気をつけて



皆さんよくご存じの熱中症、もう一度確認しておきましょう。熱中症とは、高温多湿の環境で大量に汗が出て、体内の水分やミネラルのバランスがくずれたり、体温の調節ができなくなったりすることによって起こる障害の総称で、症状によって右の表のように分類されます。温度や水分補給に気を付け、熱中症にならないように気を付けましょう。

「熱中症」予防のポイント

- ◎部屋の温度をこまめにチェック
(普段過ごす部屋には温度計を置くことをオススメ)
- ◎室温28℃を超えないように、エアコンや扇風機を上手に使いましょう!
- ◎のどが渴いたと感じたら必ず水分補給!
- ◎のどが渴かなくてもこまめに水分補給!
- ◎外出の際は体をしめつけない
涼しい服装で、日よけ対策も万全に!
- ◎無理をせず、適度に休憩をとる!
- ◎日頃から栄養バランスの良い食事と体力づくりを!

部屋の中でもご注意ください



熱中症の分類と対処法

重症度	症状	対処
I	<ul style="list-style-type: none"> ■めまい ■立ちくらみ ■こむら返り ■大量の汗 	涼しい場所へ移動・ 安静・水分補給
II	<ul style="list-style-type: none"> ■頭痛 ■吐き気 ■体がだるい ■体に力が入らない ■集中力や判断力の低下 	涼しい場所へ移動・ 体を冷やす・安静・ 十分な水分と塩分の補給 口から飲めない場合や 症状の改善が見られない 場合は受診が必要
III	<ul style="list-style-type: none"> ■意識障害 (呼び掛けや刺激への 反応がおかしい) ■けいれん ■運動障害 (真っ直ぐに歩けない) ■高体温 	涼しい場所へ移動・ 安静・体が熱ければ 保冷剤などで冷やす ためらうことなく 救急車を呼ぶ!