



わは歯ニュース 夏号



じめじめした雨の日が終わると、暑い夏がはじまりますね。
昨年は猛暑が続き、国内最高気温を更新しました。今年も厚くなるんでしょうか・・・

あッ、今年の夏は去年以上に暑くなるかもしれませんよ！！
8月8日から第29回オリンピック競技大会が17日間にわたり、
28競技・302種目のスポーツの祭典が北京で開催されます。

チベット問題や、四川大地震で開催がどうなるかと思いましたが、
開会式まであと1か月。

みなさん、注目している競技や選手はいますか？
にわかスポーツファンの私も楽しみにしている競技がありますよ！！



○谷亮子選手

5大会連続オリンピック出場！！国民的スターの「YAWARAちゃん」
今回も狙うは金メダル。谷選手も言っていましたよね「ママでも金！！」と。

若い選手が出てくる中、ベテランのママ選手にがんばってほしいです。
女は強し・母は強しですねッ！！



○男子バレー・植田ジャパン

4大会・16年ぶりのオリンピック出場。五輪最終予選はテレビの前で大興奮でした。
世界の選手は背が高く、壁は大きいですが、
捨て、捨てるの日本バレーで目指せメダル！！

あとはイケメン選手が多いのも注目するところです。
山本選手はイケメンで結構タイプです♥



○競泳

「高速水着」として話題のスピード社のレーザー・レーザー。
北島選手が言ったように「泳ぐのは選手」ですが、新記録
続出だどこの水着か気になりますよね～。

そうそう、あの水着は着るのに30分かかるそうです・・・



○飛び込み王子

先日テレビで発見！！新たな王子。
イギリスの高飛び込みの選手でトム・デーリーくん、14歳。
ワールドカップで7位。最年少で五輪出場権獲得。
小柄な体で、きれいに、スマートに飛び込むんです！！
もちろん笑顔もかわいいですよ♥

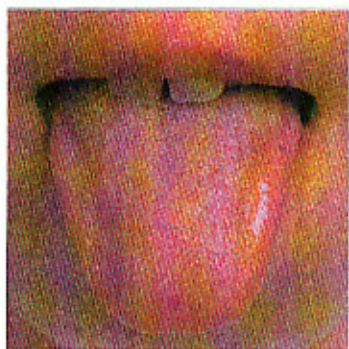
健康な舌ってどんなの？



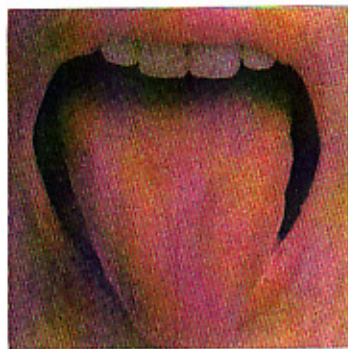
舌の状態は顔色と同じように、その人の体調や心理状態をよくあらわすもの。体が病的な状態になると、その変化は真っ先に舌に現れます。

漢方医や内科医などの医者は、舌そのものの状態を判断して内科的治療の診断に利用します。

唾液が不足すると、口内の自浄作用が落ちて、舌苔が分厚くつきます。もっと悪化すると、舌に縦に深いしわが出たり、いつも横に小さなしわが出るようになったりして、口の臭いの原因になります。



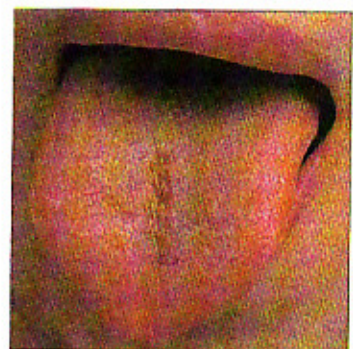
全体にうっすらと白い舌苔がついている舌
→ 正常な舌



一見、ピンク色できれいに見える舌
→ 舌乳頭がなく異常な舌



白く、分厚い舌苔がついている舌
→ 四六時中この状態が続くようであると口臭につながる



舌の奥にうっすらと黄色い舌苔が見える舌
→ 歯周病などの感染症がある舌、喫煙者のある人。

舌をブラシでゴシゴシみがいていませんか？ それは絶対にNGです。

顔をブラシでゴシゴシ洗いませんよね～。みなさんそれはとんでもないと思っても舌は平気で歯ブラシでみがいていますよね。同じことなのですよ。

医学的にみると舌粘膜をみがくことは、胃の粘膜をブラシでみがくのと同じぐらい危険な行為なのです。

舌をみがくことにより、健康な人の舌の表面にある細胞「舌乳頭」を破壊させてしまうのです。この舌乳頭は舌の表面に唾液をためるもの。それが破壊されると、口の中は乾燥しやすくなり、口臭の原因にもなるのです。

口の中の粘膜は、他の粘膜と違って、痛みに非常に鈍感です。しかし舌他の膜と同様に非常にデリケートなのです。



はま歯科医院

〒501-6224 羽島市正木町大浦 79-2

Tel.058-394-4662

E-mail info@ham-dent.com

診療時間 平日 9:30~13:00 15:00~18:30

土曜日 9:30~13:00 14:30~17:30

休診日 日曜日・祝祭日・木曜日