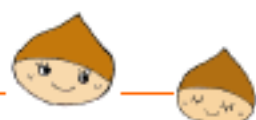




「イート通信」の「イート」は「eat」、英語で「食べる」を意味します。「お口からおいしく食べられるように」との思いから、このような名前をつけました。



イートな話

皆さんはペットボトルから飲むとき、ペットボトルの飲み口全体を口に入れて飲みますか？それとも、コップと同じように飲み口のふちを上下のくちびるではさんで飲みますか？インターネットで検索すると、「飲み口全体を口に入れた方が男らしい」「コップのようにして飲むと口のまわりに飲み物がついてしまうため、飲み口全体を口に入れて飲む」「飲み口全体を口に入れて飲むと、途中で飲むのをやめたとき、一度口の中へ入った飲み物がまたペットボトルの中へ戻ってしまうため汚い」など、いろいろな意見が見られます。

口の機能から考えると、どちらの飲み方がよいのでしょうか？それは、コップと同じように飲み口のふちを上下のくちびるではさむ飲み方です。こうして飲むことで、くちびるに飲み物が接触し、くちびるから飲み物の情報が伝わり、呼吸と協調しながら口へ入れる量などを調節する動きにつながるためです。飲み口全体を口に入れて飲んだ場合は、くちびるに飲み物が接触しませんので、飲み物の情報が伝わらず、直接のどの奥の方へ飲み物は流れていき、むせたりせき込んだりする原因になります。若いうちはこれで飲めても、年をとって筋力が衰えてくると、上手に飲めない状況になるかもしれません。

最近、ペットボトルの飲み口全体を口に入れて飲んでいる子どもさんをよく見かけます。口のためにも、体のためにも、飲み口のふちを上下のくちびるではさむ飲み方を習慣化した方がよいと思います。



藤木辰哉



Q: 知覚過敏ってなんですか？

A: むし歯でもないのに、冷たいものなどがしみる症状です。

歯の中には神経があります。この神経が刺激されると痛みを生じます。これが知覚過敏です。例えば、歯を強くみがきすぎて歯が削れたりすると、神経までの距離が近くなりますので、知覚過敏になることがあります。

知覚過敏の治療はなかなか難しいのですが、歯科医院で薬を塗ってもらったり、レーザーをあててもらおうことで楽になる場合があります。また、正しい歯磨きの方法を教わることも大切かもしれません。知覚過敏かな、と思ったら、一度歯科医院へ行ってみましょう。

診療の時に皆さんにつけるエプロンを最近替えたのですが、お気づきですか？昔のものは中国製だったのですが、現在は国産のものにしました。何かお気づきの点などありましたら、お気軽におたずねください。



ご意見やご感想等をお寄せください。

当院のスタッフへ直接、またはE-mail(fujiki-orthod@s6.dion.ne.jp)でお願いします。