

☆ハッピー通信☆

医療法人 ハッピー会

あきらデンタルクリニック

H28・3月号

(Vol. 60)

携帯サイトはこちら



スマホ用アドレス：<http://www.yamagata-mouthpiece.com> HPからFBも見れますのでいいね！お願いします☆

☆院長の独り言☆

あきらデンタルクリニック・山形



こんにちは！医療法人ハッピー会 あきらデンタル・クリニック院長の隠明寺 亮（おんみょうじ あきら）です！

三寒四温も終わりを告げ～ようやく 春の気配が感じられる今日この頃ですが、如何お過ごしでしょうか？最近テレビでよく耳にする話題ですが、朝食抜きが良いか？朝食を取るべきか？…皆さんはどちらですか？どちらが良いと思われませんか？

私はここ10年位、朝食抜きにしております。

話せば長くなりますので、この話題はまたの機会にでもお話し申し上げます。ちなみに、世界の北野 たけし 監督やタモリさんは長年1日1食主義を継続しているとのことですよ。



本日は、私が以前より知り合いから情報を頂いており、昨年11月に念願が叶い体験してきた「海水温熱」について少しお話をさせていただきます。ルーツは、沖縄で約15年前に民間療法として、病気にかかり難い心身をつくるために開発されたそうです。（嘉数 富男氏により開発＝沖縄の海水を沸騰させた蒸気でタオルを温めて使用）3大効果として

① 代謝の向上

血流が促進されて、肥満糖尿病、高血圧の予防・改善 デトックスも進むそうです

② 修復たんぱくの増加

傷ついた細胞を修復するヒートショックプロテインが増加

疲労回復、美肌につながるそうです ノ

③自律神経の安定

副交感神経の働きが高まり、自律神経のバランスが整う

免疫力も向上するそうです

施術を受けての感想は、終了後の気持ち良さと熱さからの解放感でした(^_^;) 飛び上る程（体が捻じれる程）熱く感じる部位がありましたが、この部位は冷えや血の巡りが悪い状態のようでした。なるほど、持続して行っていくことにより、3大効果が少しずつ得られていく実感を持ってました！水道水と市販の塩でも効果が得られるそうですよ…興味のある方は、是非実践してみても如何でしょうか。その際は50℃程度だそうですから、火傷にはくれぐれもご注意くださいませ(*^~^)

☆☆ ハッピーインフォメーション ☆☆

◇2月7日（日）に代々木 JR東京総合病院で開催された日本歯科睡眠学会主催の「歯科医師のための睡眠セミナー」に参加してきました。OSA＝閉塞性睡眠時無呼吸症障害などをはじめとする睡眠に関する様々な事項を勉強してきました。この分野はなかなか勉強する場が少ないので、学会を通してこれからも沢山勉強していきたいと考えております。

◆2月14日（日）のバレンタインデーに八重洲倶楽部にて開催されたSH療法＝狭窄歯列拡大法のFUS（フォローアップセミナー）に参加してきました。当院の2症例の発表と新患2名の相談を行って参りました！

診療日

日	月	火	水	木	金	土
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31	1	2

3月

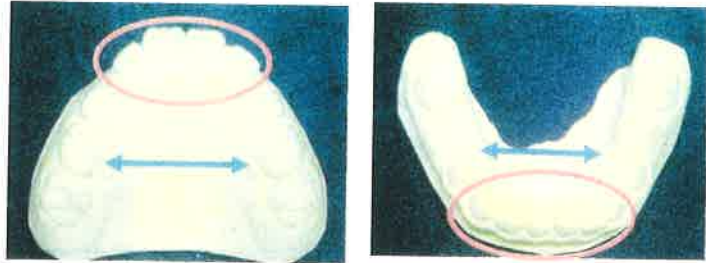


☆ハッピースマイル 症例 No2 ☆

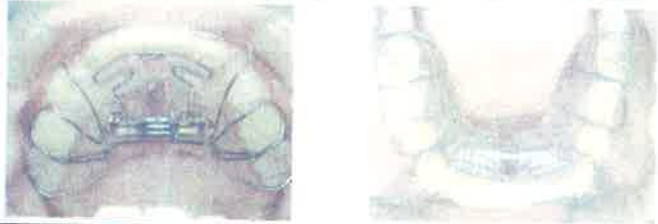
SH 療法＝狭窄歯列顎拡大療法にて治療を行っておられる患者様の症例です。基本的には親知らずを含め、健全な歯は抜かない方法になります。

【犬歯のスペースが無い、いわゆる狭窄歯列の症例です
11歳（開始時小学6年生～） 女性】

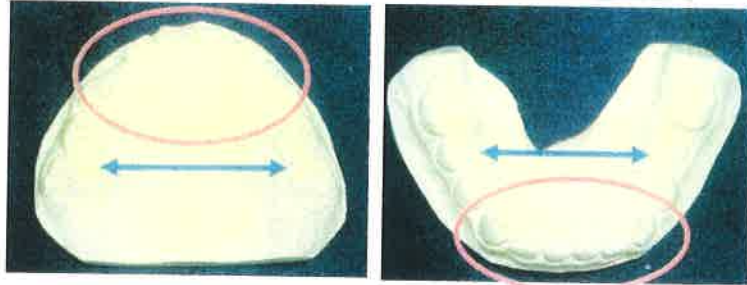
スタート時



装置装着時



現在



（治療開始後より7ヶ月後の変化の様子です(^o^)/ ↑
6歳臼歯前方の歯牙が萌出した後、装置を修理して再度 SH 装置による拡大と歯列の整理を行っていき、正面の正中を合わせていきます。（正中が合うことにより歪みがなくなり、バランスのとれた身体になることが期待される症例です）

院内情報



→ あきらデジタル・クリニックに来院のみなさんにはご存知かと思いますが、玄関にボードが設置しております。

2月より、そのボードに、歯や口腔内、体の健康などに関する情報を私たちスタッフより提供させていただきます。みなさんのお口や体の健康のために...♡
1か月ごとに更新されますので、お楽しみに♪
あきらデジタル・クリニックへお越しの際は、ぜひ!! ご覧下さいませ
byあべ

~ちよつと出かけて
みませんか?
天童市鎌田の天童荘
ガーデン・カフェです



by 近岡文子



画像
より

日常を忘れ、たまにプチ贅沢をしてみませんか? 落ちついた店内で頂くランチ。1500円程度の価格でちよつとリッチな気分を味わえます♡ 情報をくれた大子さん! どうもありがたうネ!