



歯っぴ〜ワクワクレター



発行/ 医療法人 西村歯科

〒599-8241

堺市中区福田868-1

TEL072-239-1518

ホームページ 中区 西村歯科で検索

腰痛にストレス関与

この新聞を見てやはり歯の食いしばりが腰痛に大きく影響していると確信しました。強い食いしばりにより身体をずらし身体のバランスを崩し腰痛が生じていると思います。当医院のマウスピースを用いると身体のバランスが保てます。

それによりほとんどの人が2回ぐらいのマウスピースの調整で腰痛の改善が見られます。日本整形外科学会と日本腰痛学会は腰痛の発症や慢性化には心理的なストレスが関与しており、画像検査などでも原因が特定できない腰痛が大半を占めるとの診療ガイドラインをまとめました。

85%の腰痛は職場での人間関係や仕事量の多さ、仕事上の不満、うつ状態等心理社会的要因が関与している強い証拠があると指摘しています。これが歯の食いしばりに非常に関係しています。みなさんも歯と歯は常に離しておきストレスを貯めないような生活が必要です。

これが健康を保つ秘訣です。

西村 育郎



あなたも“^{つう}歯科通”になれる...!?

歯医者が出題する

“歯とお口”のクイズ



春になると学校では「^{しかけんしん}歯科検診」が行われます。子どものむし歯は年々減ってきてはいますが、それでも約6割の子がかかっています。小学生になると永久^{えいきゅうし}歯に生え変わってきますから、お子さんをお持ちの方は仕上げみがきでしっかりフォローしてあげてくださいね。

そこで今回はこんな問題を出題！



子どものむし歯が日本一少ない都道府県はどこでしょうか？

1

にいがたけん
新潟県



2

わかやまけん
和歌山県



3

とっとりけん
鳥取県



4

おおいたけん
大分県

