

# 秋号

自立支援(育成・更生)医療機関  
顎変形症保険適用医療機関  
小児矯正歯科・成人矯正歯科

# ピュアレター

ピュア矯正歯科室

http://www.pure-kyousei.com  
E-Mail : info@pure-kyousei.com

VOL・1

JR武蔵五日市線秋川駅徒歩1分  
東京都あきる野市秋川2-7-5・2F

初めまして  
ピュア新聞です！



この度今までの月刊誌ハッピーに変わりました、ピュア新聞を発行する事になりました。ピュア矯正歯科室で働くスタッフが仕事の合間に、歯や矯正に関する身近な事をテーマに作り上げました。是非最後まで読んでみて下さい。



金メダルは歯の健康から

長かったオリンピックピックもとうとう終わってしまいましたね。ここでいきなりですが、クイズを1つ！

★選手村には、医師団が選手の為に控えています。選手達が最も多く相談に来る科は？

- (1) 内科
- (2) 整形外科
- (3) 歯科

答えは(3)の歯科です。とはいっても、北欧ノルウェーで1994年に開催された『リレハンメル冬季オリンピック』の調査によると『限定はつきませんが。この大会にはのべ434人の患者が診療に訪れ、内205人が歯科の患者さんだったと記録されています。』ということは、トップアスリートの方が一般の人達より多く歯の問題をかかえているのでしょうか？ 事実はどうやらその逆であるようです。JOCのスポーツドクターをしていた明海大学の安井教授が、オリンピック選手を対象に行なった調査によると、虫歯のない選手は男子で53・3%、女子で62・7%だったと言います。当時厚生省が一般人を対象に行なった結果、各々26・3%、40・9%だった事と比較すると、圧倒的にトップアスリートの方が健康です。この調査結果だけで判断すると歯の健康な人ほどトップアスリートになれる確率が高いとも言えるし、すぐれた選手ほど歯

健康管理をしっかり行なっているとはいえます。例えば、短距離走や走り幅跳びで有名なカール・ルイス選手は歯の矯正をしてソウルオリンピックに挑んだそうです。マリナーズのイチロー選手は1日に5回程歯を磨くとインタビューで答えていました。コンマ何秒を争う選手や打率4割以上を狙うようなプロ選手達は、歯の健康がいかに大切であるかを身を持って知っているのしょう。

## お知らせ

★育成・更生・顎変形症保険  
適用医療機関とは？

当医院では、保険適用矯正治療の指定医療機関に認定されています。唇顎口蓋裂やダウン症等に起因する不正咬合及び外科手術の必要な顎変形症の矯正治療に健康保険が適用出来る指定医療機関です。

★ピュア矯正歯科室の名前の由来をお話します。

『ピュア』とは、矯正専門という意味を込めて先生が付けられたそうです。

噛むと記憶力アップ！  
噛む事は学力向上の  
第1歩！

皆さん、待ちどおしい食欲の秋がやってきましたね！健康な歯でおいしい物を沢山食べていますか？丈夫な歯でしっかり噛んで食事をする事は脳細胞を活性化させるスイッチでもあるのです。しっかりと噛むと脳への血液循環が良くなり広範囲の神経細胞がいきいきと活動を始めます。噛む事が脳を介して全身の生理機能を活性化させるのです。例えば私たちはパワ―を出す時には奥歯を噛みしめます。噛む事で活力を生み勇気を奮い立たせるのです。皆さんも勉強中に眠くなったりしたらちよつと歯ごたえのある物を噛みましよう。脳が働き始めて記憶力がアップします。脳は刺激を受けると素早く反応します。例えば、車を運転している時ガムを噛むと頭がスッキリしてきます。これは噛む事で脳細胞の代謝活動が盛んになり脳の血液循環が良くなるのです。最近、岐阜大学医学部・小野塚教授の研究グループは噛む事が記憶力に関わる脳の高次機能を促進させる事を世界で初めて証明しました。モリスの水迷路実験（直径60cmのプールを使用）という知能テスト法でプールの水面下に休み台を一カ所用意して、マウスを泳がせるしくみで

最初は休み台を見つけるのに約60秒程かかりますが、この学習を1日4回、1週間継続すると数秒で休み台を見つめます。そこでこのマウスの奥歯を削り噛めないようにすると一週間以上かけても学習効果は向上しませんでした。さらに、削った奥歯を正常に噛めるように治療すると記憶力も正常に近い状態に回復する事が判明しました。つまり、噛める事が脳を活性化させる事を証明したのです。頭が良いというのは、1 理解（納得する） 2 記憶（覚える） 3 想起（思い出す）が出来る事です。良く噛むとこれらに関係する神経細胞を活性化させます。お母様方、頭の良い子供に育てる為にも幼児期からしっかりと噛んで食べる習慣を身に付けましよう。子供達に『さつさと食べなさい』は禁句です。食欲の秋、おいしい物をしっかりと噛んで健康な体を作りましよう。

キシリトールのお話

皆さん、キシリトールとは何か御存じですか？最近テレビのコマーシャルでもキシリトール入りガムやキシリトール入り歯磨き粉の宣伝をしているのを見かけますよね。キシリトールとは、白樺や樺などの樹木を使って出来た虫歯の原因になる酸を作らない天然素材の甘味料なのです。キシリトールの生ま



虫歯になった事のない子供は、70%もいます。それに比べて日本では5才児で虫歯になった事のない子供はわずか36%に過ぎないのです。キシリトールってなんだかすごいな！って思いませんか？そうですキシリトールには優れた虫歯予防効果があったのです。皆さんもこれからは積極的にキシリトールを摂る様にましよう。

そこで今回は、どんなキシリトール製品を買ったら良いのか迷ってしまうという方に、ピュアスタッフお勧めのキシリトール入りガムを御紹介します。味はアップルミント味とマスカット味の2種類です。どちらの商品も虫歯の原因となる甘味料は一切使用していません。しかもキシリトール100%配合です。その上歯科医院専用なので口腔ケア製品使用のデキストラーゼを配合していたりとメリットも沢山あるのです。でも矯正装置を付けているからガムは心

心配・・とっていませんか？大丈夫です！こちらの商品は入れ歯や矯正装置にくっつかないガムなのです。硬さも普通のガムの約2倍で、噛む力も鍛えられるのです。どうしてもガムはちよつと・・という方にはオレンジ味のキシリトール入りタブレットもあるのです。どちらもお勧めします。どちらも受付に置いてありますので、是非お問い合わせ下さい。試食も出来ます！お気軽にスタッフまで声をお掛け下さい！



ピュア矯正歯科室

自立支援(育成・更生)医療機関  
顎変形症保険適用医療機関  
小児矯正歯科・成人矯正歯科



TEL 0120-60-1877  
http://www.pure-kyousei.com  
E-Mail : info@pure-kyousei.com  
JR武蔵五日市線秋川駅徒歩1分  
東京都あきる野市秋川2-7-5・2F