



先生もスタッフも全員女性です。

だから安心！だからやさしい！

Present for You

〒564-0031 大阪府吹田市千里山東 1-16-8

TEL 06-6338-6712

<http://www.tokizane.com>

ときざね矯正歯科 2018 年秋号



取り外しのできる矯正装置やマウスピースの洗浄に

抗菌スプレー ” イータック ”

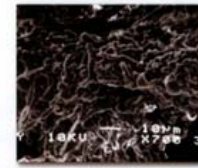
＼ほっといていませんか？／



矯正装置やマウスピースの
におい・ぬめり

におい・ぬめりの原因は、
バイオフィーム。

口臭やぬめりの原因になるバイオフィームは細菌の集まり。お口の中には、歯や歯ぐき、全身に悪影響を与える細菌が生息しています。バイオフィームは、マウスピースや義歯にも形成されます。



◀実際に患者さんが装着していた義歯にできていたバイオフィーム (電子顕微鏡画像)



ご提供：広島大学 歯学部 二川浩樹教授

口腔内細菌は、
全身の健康に影響する可能性も…

イータックオーラルケアで、除菌+抗菌！

1 水洗いし、水滴をとります



水滴は拭き取るか、軽く振ってお取りください。

2 Etak' を両面にスプレーします



表・裏に
2回ずつ

5cm ほど離して、表・裏に1回ずつ。

3cm ほど離して、スプレー。

※形によってスプレー回数異なります。
歯科医師・歯科衛生士にお尋ねください。

3 スプレー液を乾燥させます



ぬり広げることで、乾燥が速まります。

指や綿棒、ペーパータオル、歯ブラシなどでぬり広げてください。

部分義歯は金具にもぬりましょう。

抗菌完了！そのまま装着できます



バイオフィームを作らせないという発想から生まれた Etak@

Etak@は病原微生物を持続的にシャットアウト
〈インフルエンザ, アデノ, ノロウイルス, MRSA, 大腸菌, etc.〉
洗っても落ちない抗菌・抗ウイルスバリアを作ります。

取り外しのできる矯正装置やアライナー等にスプレーするだけで「固定化抗菌成分 Etak@」が付着している細菌を除去するとともに、24 時間抗菌効果を持続します。

①抗菌バリア

抗菌成分 Etak@によって、抗菌状態が持続。におい・ぬめりの原因になる細菌繁殖を、約 24 時間防ぎます。

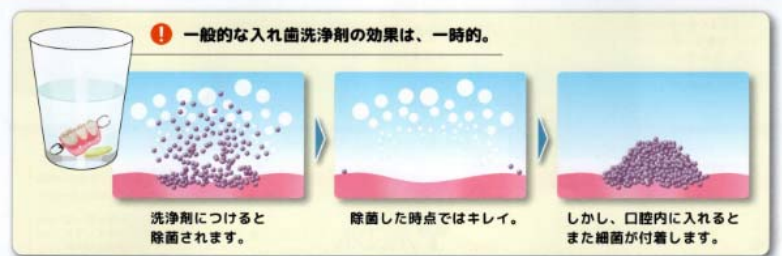
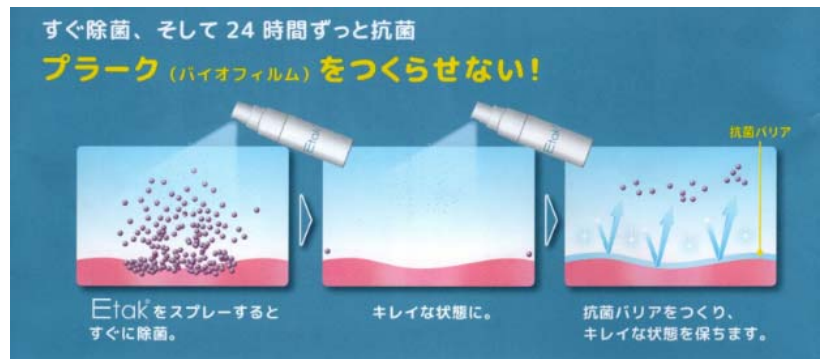
②汚れにくい・変色しない

Etak@の界面活性作用によって、汚れが付きにくくなります。

*界面活性剤は配合されていません。

③つけ置き洗い不要

洗浄剤につけ置く必要もなく、短時間でお手入れできます。



【使用方法】 *20ml(2-3 か月分)* 2160 円

①矯正装置やアライナーに付着した目に見える汚れを、流水とブラシで洗浄します。

②水滴を取った後、適量 (3~4 プッシュ) を粘膜面中心に約 10cm ほど離して均一に スプレーします。

感想：清潔感たっぷり！良い感じです。つけたと、つけないでは、歴然です。

**** Present for you2010 年秋号より『矯正装置(床装置、プレート、保定装置など)お手入れの洗浄剤』
毎日使うものだから、きれいに保ちたいですね。その他にも当院でお勧めしている洗浄剤をお知らせします。



★リテーナーシャイン

900 円 (150g 60 回分)

漂白成分やタンパク質分解酵素による優れた洗浄力でリテーナーの汚れやいやな臭いを取り除きます。高性能顆粒タイプで洗浄力、除菌力、消臭力に優れています。リテーナー類をいためない、弱アルカリ性。



★矯正クリーン

2160 円 (2g×60 包) *4 包 170 円

金属・プラスチックをきずつけず、**歯石の除去**に著しい効果があり、除菌効果もあります。環境にもやさしい天然有機酸複合剤使用。弱酸性。矯正装置の汚れが驚くほどきれいに取れてスツキリさわやか。

口の周りの筋肉を強くしよう “リップトレーナー”

口輪筋の力を測ります。リップトレーナーでは

g

*ボタンでは

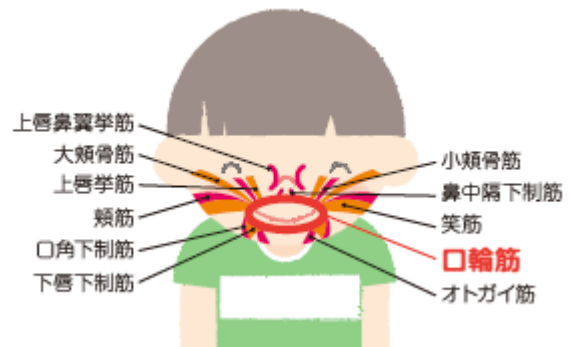
g

平均値は*

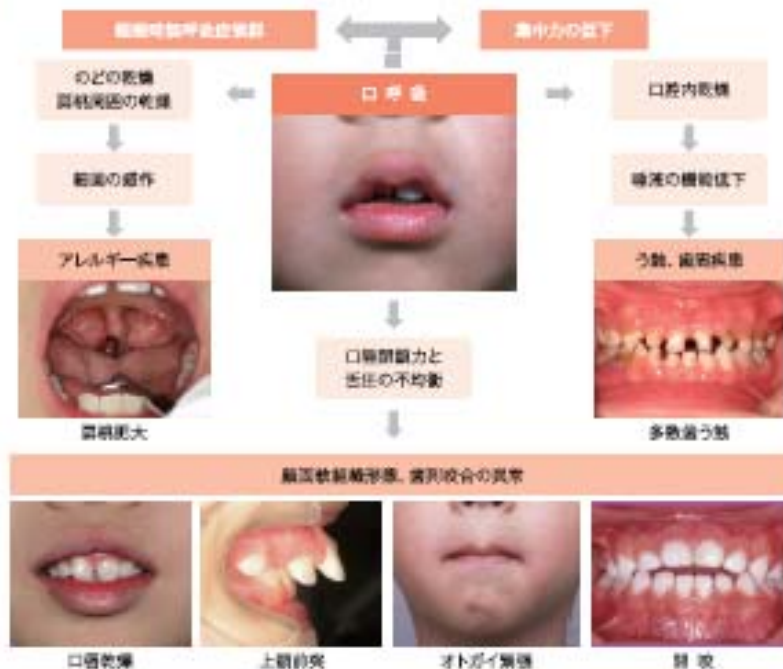
	リップトレーナー			ボタン	
	男子	女子		男子	女子
3歳	495	500			
4歳	550	650			
5歳	800	750			
6歳	950	790			
7歳	960	900	小学1年	600	500
8歳	950	900	小学2年	590	500
9歳	1000	850	小学3年	650	560
10歳	1020	880	小学4年	640	595
11歳	990	980	小学5年	660	600
12歳	990	960	小学6年	690	590
成人	1320	920	成人	910	780
		(g)			(g)

★お顔の筋肉は全てつながっています。

口輪筋は口の周りを囲むようにある筋肉で、多くの表情筋につながっています。口輪筋や表情筋がゆるんでくると口唇閉鎖不全症につながります。口唇閉鎖不全症は、口呼吸や鼻閉、気道閉鎖、いびき、アレルギー疾患などとの関連がしつらわれています。幼少期の発達時期から口輪筋を中心とした表情筋をトレーニングし、口唇閉鎖不全症を予防しましょう。



★口呼吸の弊害は……



『フレイル（虚弱）とたんぱく質』

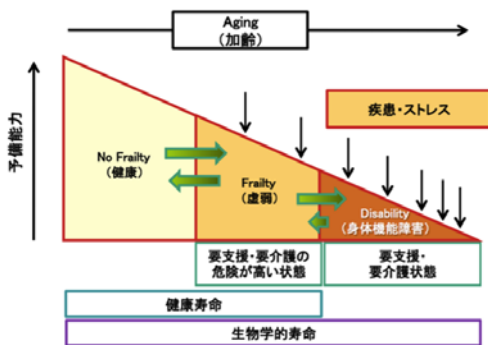
★飽食の時代に低栄養！

高齢者の中の少なくない方が「低栄養」に陥っているといわれています。飽食の時代になぜ栄養が足りなくなるのか？それはある栄養素（たんぱく質）が不足するからです。

「足がつかずきやすくなった」とか「立ち上がれなくなった」などの理由の1つに「たんぱく質」の不足が関係しています。たんぱく質が不足すると、体が弱くなって、高齢者であれば要介護となってしまう恐れもあります。

★たんぱく質が不足すると、筋肉が減る、免疫力も減少！

たんぱく質は筋肉や皮膚、内臓、髪の毛、爪、歯など、体を作る材料です。また、ホルモン（体の調子を整える）、免疫抗体（病気と戦う）、酵素（体内で起こっている活動を手助け）の原料です。



★フレイル（虚弱）とたんぱく質

食べる量が減ると、相対的にたんぱく質の摂取量も減り、栄養不足から『フレイル』になります。フレイルとは虚弱という意味。加齢とともに運動機能や認知機能が低下してきた状態をいいます。フレイルは可逆性なので、栄養、運動を図ることで健康な状態に戻ります。

★1日に摂るたんぱく質の目安は、
体重1kgあたり0.8~1.0g。
体重50kgの女性なら40~50g

たんぱく質の含有量は、まぐろの刺身3切れ(30g)で7.9g、鶏肉のささみ中1本あたりで6.9g、納豆1パック(40g)で6.6g、卵1個(50g)で6.2g、牛乳1パック(200g)で6.6gです。

朝食は納豆がけご飯に目玉焼き、アジの干物、豆腐の味噌汁で20g、昼食に豚生姜焼き定食で20g、夕食にマグロ刺身定食と冷奴で20g、計60gが摂れます!(^^)!

<p>肉類グループ</p> <p>生もも肉 脂身なし 100g 19.5g 鶏もも肉 皮つき 100g 17.3g</p>	<p>魚介類グループ</p> <p>まぐろ赤身 1切れ(70g) 15.8g 5切れ 15.8g 紅鮭 15.8g</p>
<p>乳製品グループ</p> <p>牛乳 コップ1杯 66g ヨーグルト(加糖) 1カップ160g 6.9g</p>	<p>卵グループ</p> <p>たまご 中1個 8.6g</p>
<p>豆類グループ</p> <p>豆腐(木綿) 1/2丁 9.9g 納豆 1パック 12.4g</p>	