

デンタル デザイン クリニック ニュース

Dental Design Clinic News Vol.48 NO.2

“食べるとは生きるということ・・・”

お口とは・・・栄養を摂取する入口、そしてからだの中で最も慢性炎症の起こりやすい場所です。

食べ物をしっかり食べて健康に生きていくためには、歯科治療ばかりでなく、食生活も大切です。それが、**健康寿命を延ばす**ことに繋がります。

たとえば、物が噛めない野菜やお肉などの固形物が摂りづらく、ビタミン、食物繊維、タンパク質など、体にとって重要な栄養素が不足してしまいます。

そして、やわらかい食材である炭水化物、糖質の過食傾向に繋がります。

結果、カロリーは充足できても、タンパク質の低栄養から筋肉量の低下を招き、咀嚼力の低下が、寝たきりの初期要因になってしまうのです。

このように「食べる」と「生きる」事はイコールといっても過言ではありません。この機会に一度、見つめ直してみるのも良いのかもしれない。

患者さんの忙しい生活に寄り添った**口腔衛生管理**とともに、全身疾患と歯周病との関連をお伝えし「食」の面からもアプローチができればと、スタッフ一同考えております。



来年もよろしくお願い致します。

デンタルデザインクリニック 岡部 葉子
井上 ユリカ
小笠原 眸

《冬期休暇のお知らせ》

12月27日(日)～1月4日(月)までお休みをいただきます。