

# 滝内歯科医院

## 医院だより

〒660-0871 尼崎市建家町 77 番地

06-6412-6480

<http://www.takiuchi6480.com/index.html>

春の訪れを代表する花「桜。」桜と言えば「ソメイヨシノ」をイメージする人も多いはず。しかし、桜には多種多様な種類があり、日本に自生する野生種だけでも9種類。野生種が変異、交雑、また人為的に交配した桜を合わせると実に400種類以上もあるんだとか。

### ・「大島桜（オオシマザクラ）」見頃：3月下旬

伊豆大島、伊豆諸島、伊豆半島などで見る事ができます。花は白く、淡い芳香がします。定番おやつ、桜餅にはこの桜の葉の塩漬けが使われるそうです。

### ・「江戸彼岸（エドヒガン）」見頃：3月下旬

薄紅の小さな花をつけ、寿命が長く、天然記念物などに指定されている桜の多くがこの種類です。岐阜県「根尾谷淡墨桜」山梨県「山高神代桜」などは樹齢が100年を超えます。

### ・「八重紅枝垂（ヤエベニシダレ）」見頃：4月中旬

枝が垂れ下がり、花色が濃い八重の桜。京都の平安神宮が有名で、毎年開花時期に合わせてライトアップと音楽を楽しむ紅枝垂コンサートが行われます。

### ・「普賢象（フゲンソウ）」見頃：4月下旬

八重咲きで淡紅色の大輪の花をつける普賢象。室町時代からあったとされる古い品種です。一口に「桜」と言っても個性は様々。今年はいつもと違った桜を楽しんでみては？

歯医者だけが知っている…!?

歯にまつわる

## いろいろ話



季節も春になり、花粉症に悩まれる方も多いのではないのでしょうか？突然ですが、みなさんは花粉症が歯周病の原因となることをご存知でしょうか？

「花粉が歯に影響を与えるの?!」と驚かれるかもしれませんが、そうではありません。実は、花粉症の症状のひとつである“鼻炎”によって引き起こされる“口呼吸”が、歯周病に関係しているのです。

花粉症になると鼻水や鼻づまりで鼻呼吸がしにくくなり、必然的に口呼吸が増え、口の中は思っている以上に乾燥します。

口の中が唾液で潤っていないと、細菌がとても繁殖しやすくなります。また、正しい歯みがきがで

## 花粉症が歯周病の原因に!?



きていない場合、歯と歯ぐきの間に歯垢がどんどん溜まっていきます。そのまま改善されなければ歯ぐきが腫れたり出血したりする「歯肉炎」となり、やがて歯を支える骨が溶ける「歯周病」へと進行していくのです。

唾液は食べ物の消化を助けるだけでなく、歯や歯ぐきを細菌から守る役割もあります。もし花粉症で口呼吸になってしまう場合は、唾液量を増やすために、ガムを噛んだり、水分をこまめに摂るようにしましょう。また、歯みがきは普段以上に丁寧なブラッシングをするように心掛けましょう。

