

とむ歯科新聞

3月

まだまだ寒い日が続きますね。寒い時期は風邪をひきやすいのですが、**口元にも影響が出やすい**のです！！

寒い季節は…①体にとってストレスになる→唾液が分泌減少

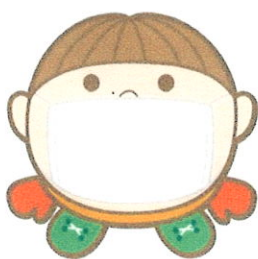
②歯周の血液循環が悪くなった→歯が痛くなる

普通であれば、口の中では唾液が分泌されて細菌をやっつける働きがありますが、花粉に含まれる抗アレルギー物質の影響で唾液がすくなくなり細菌の増殖も起こりやすくなります。

予防方法は…？

- ▼部屋に加湿器を置く▼マスクをする
- ▼手洗いうがいをしっかりする

最近はずっと暖かい日が続く薄着で外出したり、家でだらだらしがちですが、花粉予防でマスクをしたり手を洗うときに肘までしっかり洗うなど健康管理も大切ですね！！



今月は**ホワイトデーイベント**があります

とむ歯科では、3月14日に来院された女性の方みなさまに**キシリトール100%**のチョコレートをプチプレゼント

としてお渡しします！！

