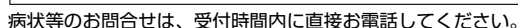


●平日夜間診療・休日診療のお問合せは、下記へお尋ねください。

**海部地区急病診療所 ☎25-5210**

ホームページ <http://amaq.sakura.ne.jp>



●内 容 くすり、医療用品等に関する  
緊急の相談、質問、問合せ  
●電話番号 090-2136-3858  
●対応時間 午後9時～翌朝9時

休日の診療は以下のとおりです。

＜外科＞は、海部郡・津島市・愛西市・弥富市・あま市内の在宅当番医による輪番制で行っています。

＜内科＞は、海部地区急病診療所で行っています。

| ◆診療時間   |              | 土曜<br>日曜・祝日  | 午後1時～午後5時<br>午前9時～午後5時 |
|---------|--------------|--------------|------------------------|
| 4 (土)   | たなか整形外科      | 65-5353      | 弥富市                    |
| 5 (日)   | つつみ整形外科クリニック | 97-0223      | 蟹江町                    |
| 11 (土祝) | かみ形成外科       | 22-2077      | 愛西市                    |
| 12 (日)  | 駅前ふじたクリニック   | 052-462-0222 | あま市                    |
| 18 (土)  | 後藤整形外科       | 25-5511      | 津島市                    |
| 19 (日)  | 奥村整形外科       | 052-445-5667 | 大治町                    |
| 25 (土)  | 小西整形外科       | 052-875-7178 | あま市                    |
| 26 (日)  | わたり整形外科      | 052-449-6699 | あま市                    |
| 3月      |              |              |                        |
| 4 (土)   | 小林クリニック      | 052-444-4500 | あま市                    |
| 5 (日)   | 奥村クリニック      | 22-2600      | 津島市                    |
| 11 (土)  | 森整形外科クリニック   | 052-445-5050 | あま市                    |
| 12 (日)  | 服部整形外科皮膚科    | 65-1200      | 弥富市                    |
| 18 (土)  | かみ形成外科       | 22-2077      | 愛西市                    |

## 再生

「歯ぎしり」とは？  
「くいしばり」とは？」

菌ごしりや、くいしばりは別名「ブラキシズム（口腔内悪習癖）」と呼ばれています。

ブラキシズムは歯を咬耗させたり、ヒビが入ったり、歯の周囲の骨を吸収させて、歯根を露出させたたりします。また、歯周病を悪化させるリスク因子でもあります。ブラキシズムにより、咬み合わせの位置が低くなると顎関節症や、呼吸に必要な気道が狭くなつて睡眠時無呼吸症候群の原因にもなります。

歯がしみて痛む「知覚過敏」も、ブラキシズムが原因となつてゐる場合があります。歯ぎしり、くいしばりは、多くの人にみられる癖で、自分ではなかなか気が付きにくいものです。放置すると、さまざまなる障害がいひに発展する場合もあります。睡眠時一晩の歯ぎしりは、一生分の咀嚼に匹敵するくらい、歯や顎にダメージを与えることもあると言われており、危険なものなのです。

口腔の状態をよく観察して、歯の咬耗、歯茎の骨のコンブのような隆起、歯の破折、歯と歯肉の境目が、くさび状に欠ける、歯がしみる、咬むと痛い、起床時に顎が疲れた感じがするなどの症状があれば、早めに歯科を受診してください。歯の痛みの原因は、むしろ歯だけではありません。

歯科において、歯と顎を守るために、「歯ぎしり防止装置」という、マウスピースを作成したり、顎の筋肉が緊張していたりする場合は必要な処置をする場合もあります。

日頃の心がけとして大切な事は、「口は閉じる。」「歯は咬まない。（安静時の空隙を保つ。）」そして「鼻で呼吸する。」「この3点です。」