

できるんです！入れ歯の調整

入れ歯は調整してこそ、自分に合ったものになるのです。

今まで調子よく使っていた入れ歯が合わなくなるとき

- ① 歯茎の変化 歯茎は痩せてきます。すると入れ歯が密着しにくくなり、入れ歯との間に食片が入ったりしてきます。
- ② 噛み合わせの変化 使っている間に人工歯がすり減ってきたり歯茎の変化で均一に力がかからなくなり痛みを感じるようになります。
- ③ 老化による変化 歯茎の粘膜は段々と薄くなりクッション効果が少なくなるため入れ歯が当たりやすくなったり、老化によって唾液の分泌が減ると歯茎が傷つきやすく痛みが出てくる場合があります。

こんな時は、一度受診して歯科医に相談しましょう。

入れ歯のトラブルチェック

合わない入れ歯を我慢して使っていると、痛みや不快感があるだけでなく、口の機能も低下します。次の項目に、1つでも当てはまるものがあつたら、歯科医に相談して入れ歯を調整してもらいましょう。

- 口を開いたり閉じたりすると、入れ歯がカタカタ鳴る
- 入れ歯をはめると、噛むたびに痛みがある
- 入れ歯で硬いものが噛めない
- 下の入れ歯が浮いたり、上の入れ歯が落ちてきたりする
- 入れ歯の金具が舌に当たる
- 入れ歯がきつくてはめにくい
- 入れ歯を入れると味がよくわからない
- 口内炎ができやすくなった



入れ歯は調整してこそ、自分に合ったものになる

せっかく新しい入れ歯を作ったのに「よく噛めない」「この入れ歯は痛くて食べられない」「前の入れ歯の方がよかった」とすぐに諦めてしまう方がいらっしゃいます。

入れ歯はできあがり完成ではありません。調整を繰り返してなじんでいきます。

出来上がった入れ歯は使いながら少しずつ何度も調整することでお口にあった入れ歯になっていくのです。一度作ったらそれっきりで「痛いからもうやめた」「前の入れ歯を使おう」とすぐに諦めないでください。

入れ歯も検診を

びたりと合っていた入れ歯も使っていくうちに口の状態が変わったり、入れ歯自体が変形したりして気づかないうちに合わなくなっていることがあります。不具合に思わなくても半年から1年に一度は入れ歯の定期検診を行いましょう。

ビ庵に行ってきました！

はつらつメンバーのおすすめスポット特集★



暖かくなってたくさんの花が咲き、ミツバチたちがたくさんのお蜜を集めてくれます。そこで、今回は岩国市周東町の山の上にある蜂蜜のお店「ビ庵」さんにお邪魔しました！

店内に入ると季節のディスプレイと、明るい店員さんに迎えられウェルカムドリンクを頂けます。

とってもおいしくて「へえ～、こんな飲み方があるんだ。」と教えられます。

今回私が頂いたのは、蜂蜜カリンのお湯割りと柚子ハニーの豆乳割り。豆乳割りはとても美味しく思わず柚子ハニーを買ってしまいました。店内は広くはないですが色々なオリジナル商品がたくさんあります。



ローヤルゼリーやドリンク。色々な花から集められた蜂蜜。蜂蜜から作られたノンオイルドレッシングなどなど。その中でも驚いたのは化粧品です。どんな効果があるのか尋ねてみたら・・・

【ミツバチが採集した樹液からできる粘性の物質をプロポリスと言いますが、このプロポリスの中には抗菌作用に優れた成分が多く含まれているそうです。雑菌の繁殖を防ぐ天然の抗生物質だと言えます。また、ビタミン、ミネラル、フラボノイドなど美肌に良い成分も豊富に含まれているそうです。そこで私は、美容液のファンデーションを買ってみました。薄く塗るだけでいいので1年くらい持つそうです。

「きれいになるかしら？」

お店の方のお勧めは「ヤシ油配合のノンシリコンシャンプー」だそうです。今度、買って使ってみようと思います！

ドレッシングも無添加で作られており、安心して口にすることができるので、小さなお子さんなどにもお勧めです。機会がありましたら春のお出かけに是非、足を運んでみてください。

今回私がゲットしたもの・・・

- 柚子ハニー ■柚子ドレッシング ■味噌ドレッシング ■4種類の蜂蜜（はつらつメンバーへのお土産）
- 美容液ファンデーション ■日焼け止め（化粧下地）



ハチミツ食を考える店 ビ庵

〒742-0423 山口県岩国市周東町下須通り128 フリーダイヤル:0120-038-438

営業時間：9：00～18：00 / 定休日：毎週水曜日、第3日曜日

