

消化を助けるだけでなく、若さも保ちます

私たちが生きていくために必要な栄養素は、食べ物から摂取しています。食べ物は、ただ口からとればいいのではなく、細かく噛み砕かれ、消化酵素と混ぜ合わさって、栄養素が消化吸収されるようにしなければいけません。そのために必要なのが「だ液」です。



食べ物を消化する消化酵素

だ液に含まれる消化酵素には、食べ物を消化するはたらきがあります。たとえば、アミラーゼは、でんぷんを消化し、麦芽糖に変え、血液中の血糖値を速く高めるので、食べ過ぎの防止に役立っています。

口の粘膜を守るムチン

ムチンは食べ物を滑らかにしたり、ねばり気を出して口の中の粘膜や舌が傷つかないようにしています。

老化を防ぐパロチン

だ液腺ホルモンであるパロチンは、骨や筋肉などを丈夫にして老化を防ぎます。このホルモンは耳下腺から分泌され、血色のいい顔、肌の張りをもたらし、若さを保つのに大切なはたらきをしています。

がんも防ぐだ液

さらに、リゾチーム、ラクトフェリンなどは、口の中で細菌が繁殖するのを防ぎ、ペロオキシターゼは発がん性が指摘される活性酸素を分解する働きがあるといわれています。

だ液は口の中の乾燥を防ぎ、口の中を清潔にするはたらきをもっているのです。だ液の分泌が少なくなると、むし歯や歯周病にかかりやすくなります。

よく噛むことは、だ液の分泌を促します。さらにだ液がさまざまな効果をうみだしているのです。ストレスが原因でだ液の分泌が減ることもあります。食事のときはよく噛んで、ゆったりと時間をかけて楽しみたいですね。

2008年
4月号



寒い日が続いていましたが、いよいよ春本番。冬が寒かったため、春の日差しも暖かさもひとしおです。

当医院では、平成2年の開業以来、数回の改装、診療椅子の入れ替えを行ってきました。最近、レントゲン装置の老朽化が進んできたために今年のゴールデンウィークに合わせて、レントゲン装置の入れ替え、それに伴い、レントゲン室、受け付け周囲の改装をすることを決心しました。新しく導入予定のレントゲン装置は、デジタル画像処理されるものになります。その結果、今までのフィルム式のレントゲンに比べて、被爆線量の軽減、現像作業における出来上がりにバラツキがない均一のデータが得られる、コンピュータ上で閲覧するためにコントラストを変更したり判読性の向上 等々 多くのメリットがあります。乞うご期待ください。

春は、ご本人、ご家族などの行事も多くあるかと思えます。予約の『うっかり忘れ』にご注意ください。

毎月保険証の提示に御協力頂きありがとうございます。
このニュースレターは当院のオリジナルで毎月発行しています。

診療日
変更の
お知らせ

- ・4月27日(日)～29日(火)は連休となります。
- ・5月3日(土)～7日(水)は連休となります。
- ・諸事情により、土曜日の診療は午後2時までとさせていただきます。

こみや歯科

☎ 03-5699-8888

〒125-0041 葛飾区東金町1-45-2 ハヤシ駅前ビル2F

「インターネット予約確認サービス URL」 <http://www.dent-s.net/komiya/>
ホームページアドレス <http://www.wahaha.gr.jp> E-mail dental@wahaha.gr.jp