

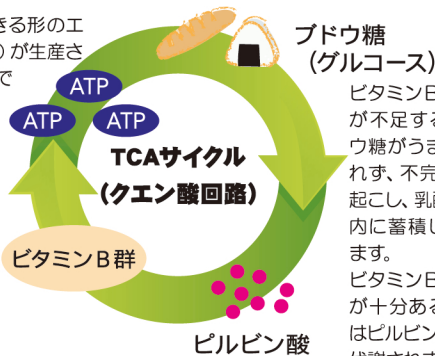
春です。エネルギーをしっかり作って備えましょう

春は、環境の変化や新しい出会い、お出かけやイベントなどたくさんエネルギーを使うシーズンです。エネルギーの源・ビタミンB群を補給してエネルギーをしっかり作りましょう。

ビタミンB群には多くのビタミンBがあり、個々の働きをするには、ほかのビタミンB群の存在が必要です。摂取する時は、複合体で摂りましょう。小腸で吸収されたビタミンB群は体内を巡り体内すべての細胞にエネルギーを供給されるために働きます。それぞれ助け合いながら、脳や神経、皮膚や粘膜などの健康を保ちます。

摂取した食物をエネルギーに代謝するには ビタミンB群が必須

細胞が利用できる形のエネルギー（ATP）が生産され、体内の組織で使われます。筋肉や脳を含む体内の全ての組織がエネルギーを使います。



ブドウ糖 (グルコース)
ビタミンB群や酸素が不足すると、ブドウ糖がうまく代謝されず、不完全燃焼を起こし、乳酸として体内に蓄積してしまいます。ビタミンB群や酸素が十分あると、乳酸はピルビン酸に代謝されます。



このような方に
お勧めします

- ・口内炎、口角炎ができやすい
- ・疲れやすい、寝ても疲れがとれない
- ・集中力が続かない、いらいらする
- ・肩こりがなかなか治らない

当院では、高品質・高配合のドクターズサプリメントをご用意しています。

KOMIYA DENTAL NEWS LETTER

5 2013年 月号

風薫るさわやかな季節となりました。皆様いかがお過ごしでしょうか。5月は月の始まりからゴールデンウィークもあり、行楽や旅行に行かれる方も多いと思います。汗ばむような天気の日には、のどが乾くので、清涼飲料水や炭酸飲料を飲みたくなる事も多いと思います。しかし、予防指導の時必ず申し上げているように砂糖をはじめとした糖分が入っているものを選ばれると糖分が口に入る頻度が増すため、むし歯になるリスクも高まります。できるだけ、糖分が入っていないものを選びましょう。

また、当院では、計画診療、予防指導のため、治療内容によって予約時間を30分、45分を患者様一人にスタッフ1人を確保しています。急なキャンセルで予約を無駄にしてしまわれると医院側としましては仕事にならず非常に困ります。直前のキャンセル、予約時間の間違えなどはないようお願い致します。個人経営の歯科医院であることをををご理解頂きますようお願い致します。

当然、一度キャンセルをされますと次の予約がとりづらい場合もありますのでよろしく御協力お願い致します。

毎月保険証の提示に御協力頂きありがとうございます。
このニューズ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

- ・5/25 (土) 医院設備メンテナンスのため午後休診
- ・6/29 (土) 院長歯科医師会公務のため午後休診

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」 <https://dn2.dent-sys.net/komiya>
ホームページアドレス <http://www.wahaha.gr.jp> E-mail dental@wahaha.gr.jp