



医療法人 鶴亀会

高橋歯科

Takahashi Dental Clinic

(047) 486-9755

高橋歯科の最新情報はホームページから

高橋歯科 八千代市

検索



こんにちは、院長の高橋です。朝夕の冷え込みがだんだん厳しくなり、冬がそこまで近づいているのを感じますね。そんな寒い季節は“温かい飲み物”を飲んでホッと一息つきたくなるものです。

ところで、一般的に“温かい飲み物”といえば体を温めてくれるイメージがありますが、実は必ずしも“体を温める飲み物ではない”ということをご存知でしたでしょうか？

例えば、体を冷やしてしまう飲み物には、コーヒー、緑茶、抹茶、牛乳などがあります。寒い日、とくに飲みたくなるホットコーヒーが、実は体を冷やしているなんて意外ですよ。反対に、体を温めてくれる飲み物には、紅茶、ウーロン茶、黒豆茶、しょうが湯などがあります。ちなみにお茶類は、茶葉を発酵させているものは体を温め、させていないものは体を冷やしてしまうそうですよ。

体を温める飲み物を朝に飲むと体がスッキリ目覚め、寝る前に飲むと睡眠の質を上げる効果があるそうです。体の外側からだけでなく内側からも温めて、これからの季節も元気に過ごしてくださいね。

院長 高橋淳一

高橋歯科では、東京歯科大学第一口腔外科より口腔外科専門医を御呼びして口腔がん検診、埋伏歯、嚢胞、舌痛症、口腔乾燥症などの専門的知識を必要とする疾患今まで大学病院に紹介していた患者様を当院で診ることが出来るようになりました。口腔がん など、心配な患者様は、遠慮なくご相談ください。院長 高橋淳一



歯医者が出題する

あなたも「^{つう}歯科通」になれる？

“歯とお口”のクイズ



皆さんは「^{おやし}親知らず」ってご存知ですか？ 正式名は第三大臼歯といい、一番奥に生えてくる歯のことで、通常、永久歯は15歳前後ですべて生えそろいますが、親知らずだけはだいぶ遅れて10代後半～20代前半頃に生えてくることが多いようです。そこで今回はこんな問題を出題！



親知らずが1本も生えてこない人の割合はどれくらいでしょうか？

1 10人に1人は生えない

2 4人に1人は生えない

3 2人に1人は生えない

4 誰でも必ず生えてくる