

第8章 健康は足先からみつめる ～その具体的な方法～

5. その他

お米と姿勢が健康の根幹であることを念頭に置いて…

⑤補助食品の利用の仕方

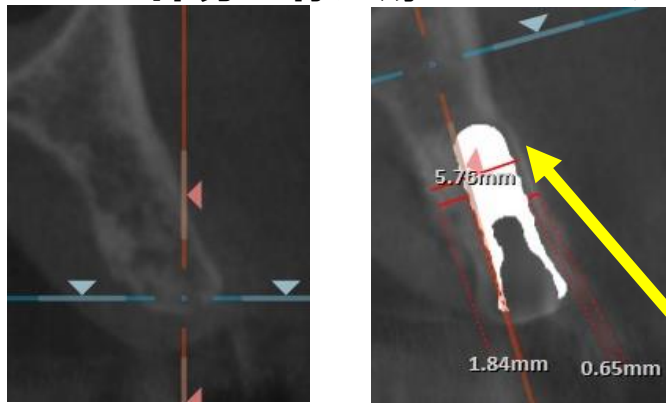
「黒酢ドリンク」はどうでしょう。酢は本来ごくごく飲むようなものではなく、調味料です。多量では胃壁を荒らしよいことはいけません。酢は本来毒です。その毒を飲むと腸管は早く排泄しようと活性化します。いったん腸が動き出すと、全体として副交感神経優位となり、体内の老廃物を排泄する働きが盛んになります。大人はこの排泄できない老廃物が多いので酢が役に立ちおいしいと感じることもあります。子供が酢を嫌うのは排泄するような老廃物が蓄積されていないので、必要ないからだと思われます。

「食養学入門」BL研究所本文要約



骨の無い所にインプラント(人工歯根)は植立できるのか②

自分の歯が無くなってから何年も経過してる場合。インプラントを埋入したい部分の骨が薄いとインプラントははみ出してしまい、360度骨に



困まれた状態になりません。そこで骨を慎重に骨折させ膨らませ(サンドイッチのイメージ) 360度骨に困まれた状態でインプラントをやさしく埋入します

膨らませた骨

スタッフから一言 こんにちは。歯科衛生士の中野です。電車内や街中で若い女性が小型のファン



を手に持ち顔に向けている光景を多く見ました。涼しいのだろうか、?先日、小型扇風機コーナーを見つけ近寄って見たら、意外と風が強く驚きました。種類が沢山あり迷いましたが、幅14cm程の薄型でコンパクトな物があり狭い部屋でも使えるので買いました。風量は弱・中・強と3段階から選べます。まだまだ自粛生活は続きそうなのでこれで少しは暑さをしのげるかなと楽しみです。

8月の休診日は?

2(日)、13(木)～16(日)、23(日)です。
尚、9(日)は9:00～12:00迄
30(日)は9:00～12:00迄の診療です。

HPのQRコード



まの歯科クリニック

〒173-0021
東京都板橋区弥生町27-13 サンロイヤルハイツ1F
TEL/FAX 03-5966-1837

※ 日曜日はしばらくの間、12:00前までの診療です。
(予約なくなり次第、終了)

8月の無料歯科矯正相談の日は21(金)の夜です。



ホームページ <http://www.manoshika.jp>

