

JUN歯科クリニック 開院20周年記念



- ☆参加費は無料!
- ☆お抹茶と和菓子でおもてなし!
- ☆お楽しみイベントもあり!
- ☆「ゆかた」でご来場の方にはプレゼント特典!

開催日時：平成30年 7月28日(土)
午後1時～午後5時

場所：サンポート歯科

～七夕茶会のご案内～



今年も開催します!

浴衣姿のスタッフが皆さまをお出迎えます。
20周年にちなんだ楽しいことが盛りだくさん!
ぜひお越しくださいね☆

コラム

夏の大敵、紫外線

だんだん夏らしい季節になってきましたね!!

海、祭り、花火にバーベキュー!! 楽しいことがたくさんありますが、やはり気になるのは紫外線。今回は紫外線について紹介したいと思います。



紫外線は、波長の長さによって UV-A (紫外線 A 波)、UV-B (紫外線 B 波)、UV-C (紫外線 C 波) の 3 つに分けられます。UV-C はオゾン層に吸収されるため、地表には届きません。私たちの肌に悪影響をもたらすのは、UV-A と UV-B の 2 つです。

地表に降り注ぐ紫外線の約 9 割を占めるのが UV-A。波長が長く、雲や家の中・車の窓ガラスも透過して肌にも到達するため「生活紫外線」とも呼ばれます。UV-A を浴びると、肌はゆっくりと黒くなり、シワやたるみを引き起こします。波長が短いのが UV-B。屋外での日焼けの主な原因となるため「レジャー紫外線」とも呼ばれます。たくさん浴びてしまうとすぐに赤く炎症を起こし、メラニンを作らせ、シミや色素沈着の原因になります。ちなみに、曇りの日では晴れた日の 6 割強、雨の日でも晴れた日の約 2 割の紫外線が地表に届いています。上から降り注ぐだけでなく壁や地表に当たって反射するため、海やスキー場では反射する紫外線にも注意が必要です。

特に UV-A は一年中降り注いでいるため、とても厄介ものです。たとえば、朝の通勤やランチでの外出、ベランダで洗濯物を干すといった、ほんの少し外に出るだけでも肌へのダメージがだんだん蓄積されて、気づいたときにはシワやたるみが深くなっていて……なんてことになりかねません!

日本人女性はもともとメラニンを多くもっているため、肌が黒くなりやすい傾向にあるそうなので紫外線対策をきちんと行っていきたいですね。



医学の形態をとりながら、実は医学ではない「ニセ医学」というものがあります。テレビや雑誌、書籍でもたびたび見かける、標準医療を否定する人びとやなんだか怪しい健康法のことです。最近、これを書いている私自身も「あれ？」って思う内容の文章を、某雑誌でみかけました。

「医学」や「歯学」などは、長年の積み重ねやそれに基づいたエビデンスで作りに上げられてきたものです。それゆえに、今までとは大きく異なった情報など、そうは簡単に出て来るものではありません。ましてや現場の人間で、かつ、専門家である医師や歯科医師以外の者が、そんな「新しい情報」などを得られるわけがありません。
「新しい情報」なるものがあつたなら、既に我々専門家は目を通しています。



そこで、～「ニセ医学」の4つの特徴～をご紹介します。

特徴 1. 物言いが極端であおりたてる傾向

「ニセ医学」の指導者たちは、まずは自分たちの主張に耳をかたむけてもらうため、人々が心に抱えている不安の種をゆさぶって興味をひこうとします。

特徴 2. 簡単に断言する

「ニセ医学」の言い方のほうがインパクトはあって、どうしたらよいか分かりやすいものですから、つい心が動いてしまうかもしれません。まともなものほど、物言いは慎重でわかりにくくなるものなのです。

特徴 3. 精神論が多い

「あなたの心がけが悪い・努力や愛情が足りない」という、責める言説を巧みに入れ込んできます。

特徴 4. 普通の医学を否定する

「ニセ医学」に騙される人の中には、過去に普通の医療で嫌な思いをしたり、不信感を抱いたりした人が多くいます。心の中に眠っていた、普通の医療を否定したい気持ちをうまく利用して、医学とはかけ離れた領域に、どんどん引き込んでいくのです。

例えば、『●●先生のセミナーに参加した。新しい情報が次々に出てきて、これまでの常識をひっくり返されて、大変勉強になった』などと Facebook 上に投稿する人がいます。この人、明らかに騙されています。

情報が氾濫する今日この頃。。

雑誌やネットの情報をかじっただけの知識で知ったかぶりをする事無く、その分野の専門家である主治医の意見を聞きましょう！これにつきます！

JUN


JUN Art & Science
ボウリング大会

シーサイドボウルにてボウリング大会を開催しました！
 みんな久しぶりのボウリングにガター祭りで大盛り上がり(笑)
 個人優勝は千紘 Dr! さすがです！



JUN 歯科クリニック

TEL・FAX 087-813-2123

〒760-0054

高松市常磐町 2 丁目 8-10 Macrophage Bldg

JUN インプラントセンター

TEL 087-813-2331

サンポート歯科

TEL・FAX 087-851-5545

〒760-0011

高松市浜ノ町 63-2 Blue Box