

脳育・食育
前頭前野の働き

咀嚼は脳への血流量を増やし脳育に不可欠 ～前頭前野の発育には五感を刺激する食事が大事～



歯学博士 朝倉勉 院長

ケアマネージャー(CM)
大阪大学歯学部歯科医師
臨床研修指導医

日本糖尿病協会歯科医師登録医

朝倉歯科医院

小児歯科Happy club

ホワイトニングサロンBLANCA

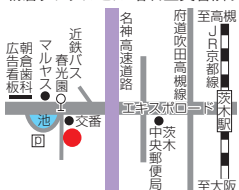
かかりつけ歯科機能強化型診療所

大阪大学歯学部臨床研修施設

☎072-625-2001(代表)

茨木市南春日丘1-1-19

朝倉デンタルビル 春日丘交番隣り



噛むことは脳の発育に重要な役割を果たします。咀嚼により口の周りの筋肉が強化され、味覚などの感覚を刺激し、末梢と中枢神経の伝達が良くなり、脳の発育を促進する効果があります。又、噛むことは言葉が明瞭となり、顎骨、筋肉も正しい形態に発育します。研究データによると、前頭前野は小学生の高学年から思春期に発達し、この時期にスマホ依存になると脳の発達が停止して集中力が低下します。前頭前野は「脳の司令塔」と呼ばれ、感情、記憶、コミュニケーションなど人間の行動を統合・制御する働きをもっています。鍛える為には、創造的な活動、バランスのとれた食事、読み書きが効果的です。又、顎関節は第2の心臓といわれています。しっかり咀嚼することが脳血流量を増やし、脳が活性化します。健康な身体と心の発達は脳育と食育が不可欠です。



☎0120-468-321
<http://asakura-dental.com>

【歯科セカンドオピニオン外来】

咬み合わせ、口腔ケア、入れ歯、インプラント、歯周病、矯正、口臭、訪問診療、CT画像診断、ホワイトニング、審美歯科、金属アレルギーなどはお気軽にご相談ください。
歯の悩み相談は春日丘本院で院長が行っております。