

そよかぜだより

2010
2月号



そよかぜ歯科医院のURL
<http://soyokaze-dc.com>



歯周病に関するケア

2月号といえば、『節分』『バレンタイン』など楽しみな行事がたくさんありますね。
バレンタインはどれも甘い物だらけで、歯磨きをしっかりとしないとも歯が溶けやすくなってしまいます。
そこで「歯医者が作ったチョコレート」を紹介したいと思います。

お砂糖のかわりにキシリトールを100%使用しているもので、むし歯菌の繁殖を抑え、お口の環境をむし歯になりにくい状態にします。また、インシュリンにも依存しないので、糖尿病の方でもいただく事ができ、カロリーも砂糖の4分の3です。

しかしこれは、あくまでキシリトール100%だった場合の話です。むし歯になる可能性のある甘味料が含まれていれば、やはり注意が必要です。

かといって、甘い物を食べないのではな〜、その後のケアに重点をおきたいですね。

オサダ 超音波洗浄器 ULTRA SONIC CLEANER



当院では、患者様の治療に使った器具を、**洗浄→超音波洗浄→滅菌**しています。
今回は、当院の超音波洗浄器の特徴について…

- 本体内にヒーターを装備しているので、洗浄液を適温に保ち、洗浄効果をUP!
- 十分な超音波振動で、強力な洗浄力。
- 振動にムラがでにくい設計

そもそも超音波洗浄器とは…?

超音波振動で、人の目に見えない気泡を発生させます。その気泡が洗浄液内に入っている器具などにぶつかり、衝撃波を出す事で汚れを引き剥がします。人の手の届かない、細かい所にも気泡は入っていくので、通常の洗浄の後に、これを使用しています。

前回号まで、歯周病に関するケアについて、約一年にわたり書かせていただきました。これまで、主に歯の周りに付いた汚れが原因で細菌が繁殖する「プラーク」の、自覚のないうちに症状が進むことをお伝えしてきました。さらに「は全身疾患、特に糖尿病や一部の降圧剤による末梢血液の循環不良により、歯周組織への影響が与えられやすくなる」ともお伝えしました。

そのほかの原因についてもまとめてみたいと思います。

① 過剰な噛みこみ

歯を治して長年そのままにして治療を受けていない場合に、歯の噛み合わせが悪くなることがあります。
特に過剰に噛んでいる場合に、歯を支えている骨が溶かされる場合があります。

② 噛みこみ、噛みこみ

寝ている時や、物事に集中している時、無意識で噛みこみをする場合があります。

③ 口呼吸による前歯の腫れ

鼻疾患や鼻の湾曲による、口呼吸になっている場合に前歯に限局して、歯肉の腫れが起ることがあります。

これらの原因などが挙げられますが、①の場合には「噛み合わせの調整」や被せ物を作る「なご」をして、噛み合わせる力をそれぞれの歯に分散させる必要があるとします。②に関しては「マウスピースを使用することによって歯や歯周組織に対する負担を軽減する」と「口の異常な乾燥を防ぐ」とができます。このようにして歯周病に関連する様々な症状に対して、適切な処置によって防ぐことも症状を止めることが可能です。その症状も早ければ早いほど処置も少なくて済みます。そのためにも定期検診でしっかりと検査を行いましょう。

③・②
マウスピース装着によって、症状軽減を図ります

③
口呼吸によって、前歯の歯肉が腫れています。

東深井小学校 ブラッシング指導!

1月28日(木)に、東深井小学校でブラッシング指導を行ってきました。今回は4年生に「歯の磨き方」をお話させていただきました。
いつも、1〜3年生の低学年には、主にムシ歯になる理由から、そして4〜6年生の高学年には、永久歯への生え変わりによっておこる歯肉炎から、「ブラッシングの大切さ」を理解してもらえようとお話させていただいています。
毎回どの学年も、私たちの話真剣に耳を傾けており、ブラッシングへの関心の高さがうかがえます。
この子どもたちが大人になってもブラッシングや自身の口腔内に興味を持ち続けていけば、将来のセルフケアも安心だと思います。
その為、私たちも「大人になっても忘れない指導」をしていけるよう、心がけています。



院長から

今回まで、歯周病について長い間説明してきました。歯肉の治療については、むし歯に対する治療が多いイメージがあると思いますが、当院の治療分布ではむし歯の治療より、歯周病の治療の数が上回っています。特に歯科衛生士さんを中心とした初期治療が多くなっています。
歯周病は自覚症状が少ないため、なかなか受診の機会を逃している方が多いのが特徴でした。ところが最近、マウスピースや健康診断で歯周病の怖さを知り、受診される方が増えたとです。

今回までまとめてきたように、全体的疾患の引き金になっていることは間違いないので、まず消化器の入り口であるお口の病気を予防あるいは処置することはとても肝心で必要であると感じています。

次回からは寒い時期を中心に症状がでる象牙質知覚過敏症についてまとめてみたいと思います。