



暑中見舞い申し上げます。

「梅雨明け」してから「暑い毎日」が続いていますが、皆さんお元気ですか。「気象庁」は今年の夏、「猛暑」の要因となり得る「ラニーニャ現象」が発生する可能性が高まっていると発表しました。これが発生すると「今年の夏」は統計を取り始めて以来、「125年間」で「最も暑かった去年の日本の夏」を上回り、「史上最高に暑い夏」になる可能性があるそうです。「暑い日」には、「冷たい飲み物や、アイス、かき氷、そうめん」等が身体を涼くさせ、気持ちがよいものです。しかし、「冷たいものが歯に触れると」キーンとしみたり、痛くなる「知覚過敏」によってせつかくの気持ちよさに水を差してしまうことがあります。「知覚過敏」は「エナメル質」が削れたり、「歯周病」などで歯肉が下がり神経のある象牙質が露出するため起こります。治療としては、「知覚過敏用の歯磨き剤」から「薬剤塗布」、「歯の表面が削れている場合」には象牙質に「詰め物」を行います。時には「知覚過敏」と思っていた歯が、外からは気付かないうちに「歯の間から広がった大きな虫歯」だったということもあります。「しみる歯を治して暑い夏の冷たい食べ物」で快適な夏をお過ごしください。

ハヤカワ歯科 院長 早川琢郎

生活習慣病と歯周病①

「歯周病の原因」となるのは、「歯垢（プラーク）」と呼ばれる「細菌」です。「歯垢」は、歯磨きが不十分な部分に付着するネバネバした「黄白色の粘着物」です。この「歯垢」は時間と共に量が多くなり、酸素が少ない状態になると「歯垢」の中で酸素を嫌う「嫌気性菌」が多くなります。「嫌気性菌」が歯肉に攻撃を仕掛けて身体の中に侵入しようとし、身体は「菌」をやっけて侵入を抑えようと攻撃します。これが「歯周病」の始まりで、「歯肉からの出血・発赤・腫脹」などの炎症症状です。この中でも、「出血」は「歯周病菌と白血球」の戦いの証です。「出血」をそのままにしておくと、「歯垢」は「歯周ポケット」の中に潜り込み、どんどんと「歯周組織を破壊」していき炎症を繰り返します。「歯周病」が起こるとということは、口の中で「常に炎症」が続いているということです。「歯周病」は「生活習慣病」として位置づけられ「歯周病細菌」による感染症であり、「口腔清掃、食習慣、喫煙、ストレス」など「生活環境による環境因子」と「固体の持つ宿主の防衛機能因子」との相互作用による疾患といわれています。



ひまわり

知覚過敏用の歯磨き剤の使い方

「知覚過敏の予防・治療」に手ごろで、身近な「知覚過敏予防歯磨き剤」ですが、使い方が正しくないと効果が発揮されませんので、使い方についての「ポイント」をお話いたします。
①何もつけずに「ブラッシング」をして②お口の中のしみる部分を「把握」し、③しみる部分に「最初に歯磨き剤」をつけ、④その後全体に「歯磨き剤を馴染」ませ、優しい力で磨き、⑤「歯磨き剤の薬用成分」が流れないように、嗽は「少量の水で1回」程度で済ませます。「知覚過敏予防歯磨き剤」には、知覚過敏予防効果のある、「硝酸カルシウム」、「乳酸アルミニウム」が入っています。「硝酸カルシウム」は「歯の表面」とすぐにくっついてしまう性質があるので、しみるところにまず「最初に歯磨き剤を指で刷り込んで」から歯磨きをして、十分な効果を発揮しましょう。



7月のお知らせ

- 「ハヤカワ歯科のホームページ」では、「当院の診療方針」や「ハヤカワ歯科インフォメーション」のバックナンバーを掲載しています。これからも、皆様のお役に立つ情報の提供と内容の充実に努めてまいります。(URL) <http://www.hayakawashika.com/>
- 「ハヤカワ歯科松戸市小金原」検索をお願いいたします。
- 「小児の歯並び」「咬合育成」のご相談、随時受け付けております。
- お口の機能の維持のための「オーラルフレールの簡易検査」、「トレーニング」行っています。
- 口内環境のための「プロバイオティクス」ご案内しています。

院長 早川琢郎

日曜診療日(9時～13時30分)
7月21日、28日 / 8月4日、18日