

草野歯科通信

2012年
夏号
vol. 6

忍び寄る虫歯の足音…

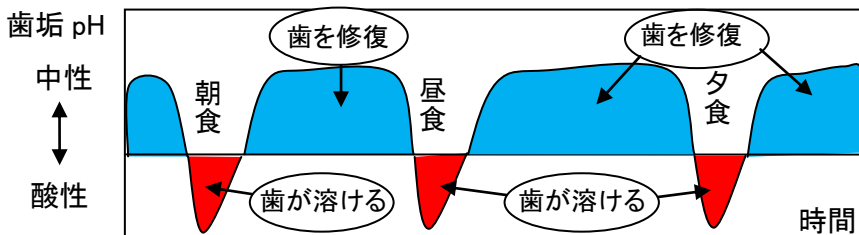


仕事の休憩中や家にいる時、お菓子をつまんだり、砂糖入りのコーヒー、紅茶、ジュースを無意識に飲んだりしていませんか？だらだらと飲食を続けている方は、要注意です！

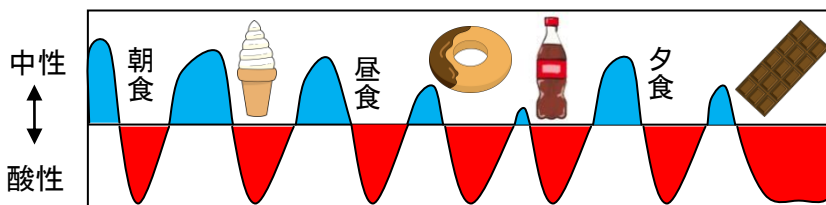
★虫歯の主な原因は「歯垢(しこう)」です。

歯垢は「歯に付いた食べかす」と思われがちですが、その正体は、口の中の細菌（特に虫歯菌）です。歯垢は、飲食物に含まれる糖分をエサにして酸を作り出し、歯の表面を溶かします。通常では、唾液の力により、溶けた部分は修復されます。しかし、だらだらと飲食を続けていると、歯が溶ける時間が長くなり、唾液による歯の修復が追いつかず、虫歯になりやすくなります（下図）。

規則正しい食事



だらだら食い



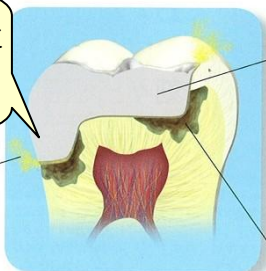
※歯が溶ける時間が長い。また、寝る直前に食べると一晩中歯が溶け続ける。

～大人の虫歯…忘れた頃に再発～

大人の虫歯で多いのが、かぶせや詰め物の中にできる「二次虫歯」です。虫歯菌がかぶせや詰め物の境目から入り、歯を溶かします。神経のない歯だと痛みもなく、レントゲンでも虫歯だと分かりにくい為、気づいた時にはかなり進行している場合があります。「治療したからずっと大丈夫」という考え方は危険です！

治療した歯は丁寧に歯磨をしましょう！

虫歯菌や酸が入り込む



詰め物

二次虫歯

虫歯セルフチェック

- ① 歯がしみることがよくある
- ② 歯が痛い時がある
- ③ 歯に黒っぽい穴が開いている
- ④ 間食の回数が多い
- ⑤ 歯磨きはあまりしない
- ⑥ 繊維の多い食べ物がよく挟まる
- ⑦ 糸ようじが引っかかったり、ささくれたりする。

虫歯予防

- ★ だらだら食いを止める！
間食の回数は控えめに！
- ★ 歯磨きで虫歯の原因となる歯垢を除去する！
- ★ 定期的に歯科医院でお口のチェック&フッ素塗布！
詳しくは次号で特集します。

虫歯予防キャンペーン

歯を強くするフッ素のうがい薬を一度体験してみませんか？

(8/31 まで)



草野歯科医院

〒700-0815

岡山市北区野田屋町2-7-13

TEL 086-221-1174

<HP> <http://kusano-dc.jp>