

草野歯科通信

2012年
秋号
vol. 7

虫歯は治療から予防の時代へ



昔は「痛くなったら歯医者へ…」という考え方が主流でしたが、今は「予防」の時代になってきています。どんなに良い治療・良い材料を使っても、元の自分の歯に勝るものはありません。虫歯は、きちんと予防をすれば防ぐことができる病気です。

専門家によるお口の クリーニング(PMTC)

歯科医院では、歯ブラシでは落ちにくい汚れなどを専門的な器械を使い、クリーニングを行います。毎日のホームケアと歯科医院での定期的なお口のクリーニングで、歯の健康を維持しましょう。

定期検診を続けると、
50才から歯を失う本数は



痛い時だけ
受診する人

定期検診を
続けている人

フッ素による虫歯予防

フッ素による虫歯予防法は、歯磨き剤やうがい薬、歯科医院でのフッ素塗布などがあります。年齢や使用する濃度により、量や回数に配慮が必要ですが、継続的に使用すると虫歯予防にとっても効果的です。

フッ素の効果

- ①溶けた歯の修復(再石灰化)を促進してくれる
※食事のたびに歯は溶けます(2012年夏号参照)
- ②歯の質を強化して、酸に溶けにくくする
- ③歯垢(しこう)中の虫歯菌の働きを弱め、歯を溶かす原因の酸が作られるのを抑えてくれる



★フッ素の効果的な使い方★

- ◆フッ素入りの歯磨き剤やうがい薬を毎日続けて使用する
- ◆歯科医院で定期的にお口のチェックを受け、フッ素を塗布する
- ◆フッ素使用后 30分は飲食を控える

※フッ素は、よほど大量に摂取しなければ体に悪影響を及ぼしません。

上手にキシリトールを使おう!

キシリトールの効果

- ①虫歯の原因となる酸を作らない
- ②虫歯菌の働きを弱め、歯垢がネバネバしたものから、サラサラしたものになり、歯磨きで簡単に落ちやすくなる

キシリトールは天然素材の甘味料です。特定のガムや歯磨き剤などに含まれています。ガムの場合、なるべくキシリトール 100%配合のものを選び、毎食後に1粒ずつ噛む事をおすすめします。



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?

(11/30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>