

かむかむライフ

2018年 4月号

プラークと歯肉炎の関係って???

皆さんはプラークという磨き残しが、虫歯だけでなく歯周病の原因にもなる事をご存知ですか？

プラークが溜まると、その中にいる細菌が歯茎に炎症を起し、歯周ポケットという歯と歯茎の溝が深くなります。その深い所にまで炎症が広がると、歯を支えている骨が溶けてなくなり、最終的に歯が抜けてしまう…歯周病は怖い病気です。さらに歯周病は、お口の中だけでなく体の病気にも深く関係しており、動脈硬化や心疾患、糖尿病、早産などの原因にもなります。

そんな怖い歯周病ですが、予防していくのに重要なのがやはり「歯磨き」です。デンマークの先生が、2週間歯を磨かずに歯茎の状態を調べた研究で、1週間もたたないうちに歯肉炎の症状が見られるようになりました。しかし、そのあと歯磨きを再開すると症状が見

られなくなったそうです。このように歯磨きは非常に有効な予防である事がわかっています。またプラークには、歯茎の上にある「歯肉縁上プラーク」と歯周ポケットの奥深くに付く「歯肉縁下プラーク」があります。残念ながら、歯ブラシでは縁下プラークには届かないので、歯磨きをしても効果がないと思うかもしれませんが、縁上プラークをしっかりコントロールする事で縁下プラークの増殖を抑える事ができます。

お口の中を虫歯や歯周病から守るためには、やはりご自身での歯磨きが大切です。歯ブラシの種類や当て方などわからないこと、気になる事があれば是非私達衛生士にお尋ねください☆一緒に口の中を守りましょう！

衛生士 相澤

4月・5月の 矯正診療日

4/7 4/19
5/5 5/17

4月・5月の 臨時休診日

4/3 4/27
10:30~14:00
院内勉強会の為

4/21 5/9
研修会の為

4/18(4/19)
5/16(5/17)
木曜診療の
振替の為

スタッフコラム

まだまだ冷える日もありますが、暖かい日が増えてきましたね。春はもう目の前って感じで、すごく過ごしやすくなってきました。ただそうなるとう出てくるのは花粉…今年は特に目のかゆみに苦しめられております。さて、私は釣りが趣味で、春から

秋にかけて数回新潟まで鯛を釣りに行きます。鯛は引きが強く、警戒心も強いので仕掛けが長く、姿が見えてからもまだまだ油断できないというエキサイティングな釣りで、釣ること自体も楽しいのですが、食べてももちろん美味しい魚なんです。特にこの桜の咲く時期は、さくら鯛と呼ばれ、桜のよ

うに綺麗なピンク色の魚体で、味も食感も最高なんです。自分で釣った魚を自分でさばいて食べる、最高です。最近できてないなあ…涙

院長 山田



お知らせ

H28年1月より矯正日を除く木曜日と隔週日曜日を休診とさせていただきます。ご迷惑をおかけすることもあると思いますが、ご理解のほどどうぞ宜しくお願いいたします。

今月の駐車場混雑注意報

毎週火・土・日曜日、5日(木)、20日(金)、25日(水)、30日(月)

C&Cデンタルオフィス

044-953-4184 info@candc-dental.com www.candc-dental.com