

## ある日の診療室 No.10

「こっだけ治して下さい。」

Tさんは、50代始めの男性です。お仕事の途中らしく飛び込みで来院されました。

数ヶ月前から右下の奥歯のブリッジが痛く、時々歯ぐきが腫れ、膿が出ていたとのこと。左側の上下の歯は、抜けている所もあれば、根っこだけの所もあり左側では噛めません。前歯と右側で噛んで食べていたとのこと。右側がこれ以上、悪くならないように「こっだけ治して下さい。」と言われます。

ブリッジが壊れているわけでもなく、一見よさそうです。しかし、レントゲンで見るとブリッジの土台の歯の根にヒビが入り、ぱっかりと割れています。これでは、痛いし、膿も溜まるわけです。

これ以上悪くならないようにどころか、とうに手遅れでした。右側だけで噛んでいたのが、働き過ぎで壊れてしまったのです。

奥歯は、噛むたびに自分の体重と同じくらい力がかかりますので、左右バランスよく、無理に力をかけずに噛むと長持ちします。

むし歯が大きく、神経まで治療した歯はこのようなもろくなりがちですから、次のような注意が必要です。

☆無理に硬いものを噛まない。

☆その場所だけでなく、お口の中全体のバランスを考えた治療を受ける。

Tさんは、今後抜歯をして義歯を装着予定です。

ヒビの入った歯(根っこが割れた歯)を放置しておくとな膿を持ち、発熱や他の臓器への悪影響(腎臓病、心臓病等)が生じることがあります。

そうなる前に来院されて良かったと思います。



## 総合診療紹介 No.10

## 健診・リコール②

当院では、定期検診システム(リコール)により1ヶ月2ヶ月3ヶ月6ヶ月ごとに来院して頂いております。その方の症状や諸事情により決めさせて頂いておりますが、やはり間隔が短いほど、歯を残す可能性は大きくなるようです。

歯周病の方は、歯周病のバクテリアを0にすることは出来ませんが、少なくすることは出来ます。家庭での歯みがきだけでなく、間隔を短くしての器械による口腔内清掃と歯科衛生による適切な指導が、功を奏するのでしょうか。

お口の中を清潔に保つことは、風邪を始めとする様々な

- 病気の予防にもなります。また、お子様は定期的に来院されることにより、虫歯の予防と進行を抑えることとなります。
- よく噛んで食べることで、毎食後は歯みがきをすること、キシリトールやフッ素の利用、甘い物を控え、好き嫌いなく栄養のバランスよく食べることで、定期的なクリーニングを受けることなどの良い生活習慣が身につきます。
- 早期発見・早期治療(2次予防)よりも良い生活習慣を身につけることによりむし歯や歯肉炎・歯周病にかからないようにしましょう。(1次予防)

## ばねのないきれいな入れ歯 バルプラストとルシトーン 7万円~

美しく透明感のある素材で、歯ぐきの色となじみます。臭い、汚れが付きにくい素材を使っています。

通常使用で破損された場合は、無料で作り直します。(1年間保証)

入れ歯の裏側に金属を使用することで、耐久性に優れた美しい入れ歯を作ることができます。



↑上あご



↑下あご

# 質問 コーナー

毎日の診療でよく質問されることに当院の診療方針にもとづいてお答えします。質問があたりの方は、質問用紙にご記入の上、受付にお渡し下さい。

**Q.**毎食後、丁寧に磨いているのに歯ぐきが下がり、物がさまりやすく、時々腫れることもあります。定期的にクリーニングもしているのにどうしたら良いでしょう。

**A.** 歯周病は成人の80%以上が罹患している国民病です。原因は口の中の歯周病菌です。

この歯周病菌は、完全になくすことは出来ませんが、減らすことはできます。口の中を清潔に保ち、適切な歯周病治療を受けて、歯肉や顎の骨の現状維持を目標とします。

歯周病にかかっていなくても、加齢と共に歯肉は下がってきます。男性よりも女性の方が、生涯を通して女性ホルモンの影響により歯肉炎や歯周病が進行しやすいのです。歯肉の女性ホルモンを取り込んで増殖する歯周病菌がいるからです。

思春期、妊娠中、更年期の時は特に注意が必要です。

40代後半からは骨がやせてきやすいので、栄養

(カルシウム、ビタミンD等)や運動にも気をつけましょう。

中高年になると口の中が乾いた感じがしてくることがあるでしょう。唾液が出にくくなるとむし歯や歯周病が進行しやすくなります。水分で口を潤したり、保湿ジェルも有効です。

歯肉が下がったり、骨がやせてきても清潔に管理され、美味しく食べることが出来れば上出来です。

髪が伸びたらカットするように、口の中も定期的にクリーニングしましょう!



## 医院リフォーム

来年度は、患者様が「心地よく癒される」ようにリフォームをしたいと考えております。

お気軽にご意見をお聞かせください。



## つぶやく理事長コーナー



スーパーの甘エビのバックの中に混じていました。スターフィッシュ、ヒトデです。スター誕生?! 良い事がありそうです。

## 骨がっちりおひたし

- ①小松菜1把をゆで、食べやすい長さに切りそろえます。
- ②もみのり、シラス、かつお節を適量①に混ぜ合わせます。
- ③しっとりしたら食べる直前にぽん酢を少量かける。  
小松菜や水菜などのシャリシャリした野菜はカルシウムが多く含まれます。毎日たっぷり頂きましょう。

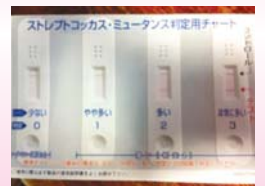


## 唾液検査のご案内

- ◎磨いてもすぐに虫歯になってしまう、虫歯菌が多いのかな?
- ◎最近、口が渇く、唾液が少なくなってきたのかな?
- ◎唾液のむし歯を予防する働きは、大丈夫かな?

などでお悩みの方は 唾液検査をしてみたいかがでしょうか。時間は20分ほどです。500円~2500円(唾液量、緩衝能、むし歯菌量測定。自由に選択できます。)

ご予約を御願いたします。



唾液検査の写真です。虫歯菌の量を検査します。

## 成人歯科健診のお知らせ

胎内市から今年度、40歳から70歳まで、5歳刻みの方に、成人歯科健診のご案内が郵送されます。定期健診を受けられている方も、検診票をご持参下さい。また、新患で健診のみの方もおいで下さい。健診を受けられた方に歯ブラシを差し上げます。