

# ~A Public Relations Magazine~

## 花だより <1~3月号>

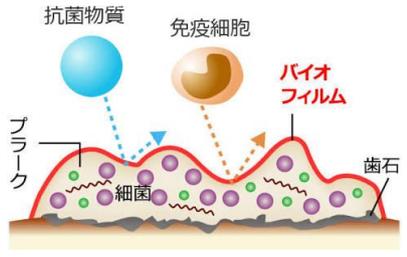
新年、明けましておめでとうございます。新春を迎え、健やかなる新年を迎えられたこととお喜び申し上げます。さて、花だより1~3月号のテーマは“お口の大敵バイオフィルム”についてです。初めて耳にするという方もそうでない方もバイオフィルムというものがあるのか？一度目を通してみてください。豆知識のコーナーでは、前回のサメの歯に続いて今回はゾウの歯についてご紹介いたします。

### ●バイオフィルムとは

バイオフィルムとは細菌などが集まってできたヌルヌル、ネバネバした塊のことです。たとえば、キッチンやお風呂場の掃除をサボっているとヌルヌルとしてきます。そのヌルヌルをとりたくても、塩素系の薬剤等を使用しない限り、ブラシのみではなかなか取り除くことができません。このなかなか落ちないヌルヌルがバイオフィルムです。そして歯の表面や歯周ポケット内にも同様にバイオフィルムが形成されます。このヌルヌルが歯周病や虫歯を引き起こす根源なのです。

### ●バイオフィルムの内部には複数の細菌が息しています

バイオフィルムという家の中で複数の細菌が共同生活をしていると思ってください。問題はバイオフィルムは薬剤や殺菌剤などの外敵から身を守るためのバリアとして働いていることです。



かなり高濃度の薬剤でない限り、内部の細菌を殺すことは困難です。

### ●バイオフィルムを除去するには？

まず第一に、ハブラシやフロスなどで除去することです。しかしハブラシだけでは完全に除去することは、できないと言われています。特に歯周ポケットの内部にはハブラシは届かないので、バイオフィルムを除去することはできません。歯周病や虫歯を予防するには単に消毒したり薬を塗るだけでなく、専門的に除去することが必要です。

### ●歯科医院からできること

先ほどお話したとおり、お家で歯磨きをしたりフロスを通してバイオフィルムを落としきることはできません。ハブラシでは除去できないものは機械的に除去する必要があります。当院では2つの方法を用いてバイオフィルムを除去しています。

### ●PMT C

PMT Cとは Professional (Mechanical) Tooth Cleaning の略で、歯科医師や歯科衛生士のように特別に訓練を受けた専門家が器具やペーストを用いて歯面および歯周ポケット内に生息しているバイオフィルムを機械的に除去することを言います。



### ●パウダークリーニング

特殊なパウダーを混ぜた水、高圧エアースプレー洗浄で歯の表面についた頑固な歯垢や着色、バイオフィルムを吹き飛ばして清掃する機械です。従来の機械では完全に落とすことができなかったバイオフィルムを徹底的に落とし、歯や歯ぐきにダメージを与えずにクリーニングすることができます。

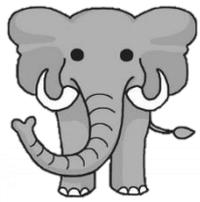


これらのクリーニングを行うことで、歯の表面を滑沢にすることができます。それにより単にバイオフィルムを除去するだけでなくバイオフィルムの再形成を遅らせる効果も期待できるのです。

### ●メンテナンス

残念ながらバイオフィルムは、1ヶ月も経つと再形成されてしまいます。そのため、定期的にクリーニングを行いお口の中をリセットすることが望ましいです。定期的にメンテナンスを受けることで、歯の寿命は4倍にまで伸びると言われています。すでにメンテナンスを受けられている方も始めたばかりの方も、お口と全身の健康維持のためにメンテナンスを続けていきましょう！

## ゾウの歯の話



ゾウの歯は大きな臼歯（奥歯）が上下左右に1本ずつの計4本。大人の靴底よりも一回りも二回りも大きな靴底のような形をしており咬み合う面はギザギザ模様になっています。60~70年の生涯のうちこの臼歯は6回も生え変わるのですが、そのプロセスは大変面白いものです。

人間の歯は下から顔を出して垂直に生え変わりますが、ゾウの臼歯は水平交換といって、奥にある臼歯が脱落するという交換方法をとります。従って、歯がない期間は全く無いのです！



## 花ことば カトレア

優美な貴婦人、魅惑的  
「ランの女王」とも  
呼ばれるカトレアの優雅で  
格調高いその姿に  
由来しています。

