

# さらさら

Quality of your life 心も身体も心地よく



## 加古歯科医院

〒478-0053 知多市清水ヶ丘 1-1801

tel(0562)33-4180

fax(0562)33-4188

敵を知り己を知らば

百戦危うからず・・・  
歯科医師 松岡成範

「頑張つて歯磨きしてるのに、なんで虫歯や歯周病になってしまふの？」

患者様からよくこのような質問を受けることがあります。実際、毎日歯磨きを頑張られていてもかかわらず、虫歯や歯周病になると心が痛くなります。

では一体なにがうまくいかない原因なのでしょう？1つの鍵はやはり虫歯、歯周病の最も大きな原因である歯垢(プラーク)の性質にあると思います。

プラークとは、基本的には細菌のかたまりで、周りをのりのような多糖体で覆われているため、消毒液や抗菌剤が非常に効きにくい形になっています。しかし、歯の表面への結合はそれほど強いものではないため、歯ブラシの毛先さえ届けばプラークの除去は出来ると考えられています。

ではなぜ毎日歯磨きをしていても、虫歯や歯周病になる場合があるのでしょうか？その理由のうちのほとんどは、磨き残しにあると考えられます。



実は、歯には虫歯になる部分

とまらない部分が存在します。大ざっぱにまとめると、歯磨きの時に毛先が当たりやすい部分が虫歯になりやすく、毛先があたりにくい部分が虫歯になりやすいのです。つまり、効率のよい歯磨きをするためには、歯ブラシが当たりやすく、磨きやすい部分を磨くのではなく、歯ブラシの当てにくい部分に当て、磨きにくい部分を磨くことを行っていけば良いということになります。

このことは、多くの場合、今までの方法を変える必要があるため、ある程度の知識と練習が必要となってきます。

歯磨きの上達における一番の特効薬は、自分自身が現状を把握し、その事実を受け止め、それに欠点があるのなら、恐れずにそれを変えていくよう練習、努力すること、それに尽きると思います。我々、歯科医師、歯科衛生士は知識の提供だけでなく、その努力をお手伝いするためにいるのだと思います。

フォークと口の中

歯科技工士 園田顕子

私がまだ学生だった頃、食事中に歯が痛くなることがありました。その痛みはたまにしか起こらず、虫歯の痛みとは少し違うものだったので、歯科医院には行かずに過ごしていました。そして、歯科の専門学校に通い出し、その原因らしきことが分かりました。それは、ガルバニックアクションというものでした。

ガルバニックアクションとは、異種金属が体に触れて流れる生体電流のことで、電流が流れると言っても、もともと人の体の中にある生体電流を整えたために流れる電流で、微弱なためビリビリと電流が走る感じではありません。

しかし、その際金属イオンは溶解し身体に吸収されやすく、アレルギーの原因にもなると言われています。

私の口の中で起こっていたことは、ずっと前に前歯に詰めた金属が食事の際、フォークと当たり、生じたものでした。

その後、歯科材料にはいろいろな種類があることを知り、白いコンポジットレジンという素材に変えてもらいました。そして、フォークを使って痛みはなくなり、また、笑った時に金属がみえることも無くなり、審美的にもメンタル的にも改善されました。

もし、専門的に勉強していなければ知らずに不快感を我慢していなければいけなかったと思います。

ですが、知ったことにより改善され、今では患者様にお知らせできる環境にいるので、少しでも心地よい口の中を提供できるよう努めていきたいです。

患者様の持つている治す力

歯科助手 蝦名真努香

以前、ある本で読んだことがあります。そこには「自然に少しでも近い治療法」と書いてありました。「自然に近い」治療法ってどんなものだろうと考えながら毎日の治療をしていました。そして、最近気付きました。「自然に近い」ということは、「できるだけ手を加えない」ということだなど。

では、アシスタントの私は何ができるか考えたところ、患者様が自ら治すように知識と技術を提供し、その知識と技術を患者様が身につける手助けをすることだと思いました。

加古歯科医院には予防歯科に担当の歯科衛生士がいます。これからはできた虫歯を治すために歯科医院へ行くのではなく、虫歯を作らないように歯科医院へ行くという患者様がもっと増えるといいなと思います。

