



まだ梅雨空の日本から、世界の不穏な兆候が各国にうかがわれます。

EU 離脱の足音がするイギリス国、共和党トランプさんの暴走するアメリカ国、原理主義のイスラム国、バブルが弾け毛沢東を懐かしむチュー国。共通するのは懐古主義でしょうか？ 前向きな未来志向から遠ざかってしまわないといいのですが。我々はしっかりとアベ内閣とアベクロミクスを注視していきましょう！

## 歯が白くなってきたゾ

鏡で歯の色を見て白いホワイトニングだと喜んでいる人はいませんか？ いけませんね。

この写真のような歯の表面の白濁の原因は初期虫歯です。

さて、初期虫歯（Co：シーゼロ）とは何でしょう？



Coとは虫歯の初期段階で歯に穴には至らない歯の表面（エナメル質）が溶けだした状態です。この状態からなら再石灰化を促す事で治療から逃れられる可能性があります。しかし生活習慣を変えないでいると虫歯は確実に進行し茶色い穴があいてしまいます

**初期虫歯→磨き残しのある場所→歯茎のまわりに注意！**

萌出まもない歯にむし歯の白濁はありません。磨き残しのバイオフィルムには虫歯菌（主にミュータンス菌）が酸性の付着物プラークをつくり歯の表面に固着します。そしてまもなく歯の表面を溶かし始めます。食後は早めに歯を磨きフロスなどの補助的清掃道具も併用しプラークを効率よく取り除き健康な歯や歯周組織を維持しましょう！そして次のことに気を付け、歯を再石灰化させましょう。

### 初期虫歯の再石灰化を促すためには

- 1、ダラダラ長時間食べたり飲んだりしない
- 2、時間を決めて歯磨きをしっかり行いフロスなども併用
- 3、フッ素、リナメル、MIペーストを取り入れる
- 4、定期的に歯科医院で検診を行いフッ素塗布してもらう
- 5、キシリトールやリカルデントガムの活用

MIペースト リカルデントガムは牛乳アレルギーの方は使えません



## エナメル質の形成不全は初期虫歯 Co ではありません

初期虫歯の白濁の他に、歯が作られる過程において何らかの原因で歯の表面エナメル質がきちんと形成されず歯の表面に白濁が出てしまうことがあります。→写真の白斑部分です。

この場合、歯の萌出時から白く光沢があります。軽度のものは治療適応外です。むし歯なのか心配な方はお尋ねください。



## 歯周ポケットとは??

「それは歯周ポケットがあるからです」



最近歯ブラシ等のCMで聞き慣れている?! フレーズですが、何の事がよくわからない方も多いはず。

歯周ポケットとは、つまり「歯と歯茎の境目の溝」をいいます。

歯と歯茎はぴったりつながっているように見えますが、実は歯と歯茎には歯肉溝と呼ばれるわずかな隙間があるのです。3mm以下の浅い溝なら健康です。4mm以上の深い溝になるとお口の汚れが溝に溜まりやすくなります。汚れだけではなく細菌が繁殖し不潔になりやすいので歯周ポケットと呼ばれています。

歯周病治療にあたってまず必要なデータは「ポケットの深さ」を調べる検査をレントゲンと合わせて判断します。このときプローブという器具を使用して測りますので少しチクリとすることがあります。それは腫れた歯肉からの血や膿が滲むことがあるからです。

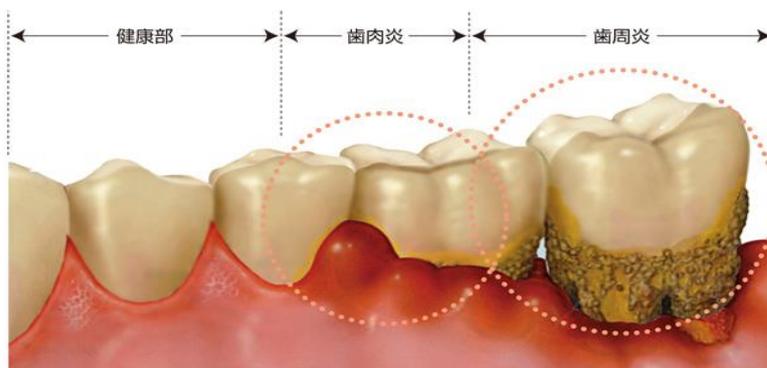
もっとも深いポケットはせいぜい13~15mmです。なぜなら根っこの長さに対応するのでほとんど骨の支持が失われているからです。もしもこんなにブカブカなら歯は相当ぐらぐらになっているはず。

## 歯周病治療

歯周ポケット検査などを参考にして、まずはしっかり歯ブラシの指導をします

歯茎の上層の部分の汚れ取りから始めたのちに歯茎の腫れが4mm以上のポケット内の汚れを重点的に除去していきます。ポケット測定は治療が進んだ段階や期間をみて定期的に行います。

しかし、深いポケットの中の目で見えない細菌を除去すること、歯石を確実に除去できたかどうか確認することは非常に困難です。とくに深い歯周ポケットは炎症が少なくなっても浅くならない場合もあります。腫れが出てしまう場合には外科的にレーザー治療を行い、ポケットを浅くするために歯茎を切除する場合があります。



歯周病治療は、我々と患者さんとお互いに協力しながらの治療です。歯科医師、歯科衛生士は治療のバックアップをするサポーターです。患者さんの歯磨きやうがい、そして定期健診がとても大切です。

歯周ポケット検査データは必要な時に説明しお渡ししています。しっかり参考にしましょう!