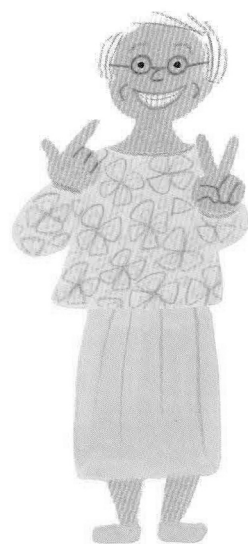


歯で苦労しない人生を！ 決め手は定期的メンテナンス

歯磨きしているのに、次々虫歯ができたり、疲れた時に歯茎が腫れたり出血したり。
「このままで本当にいいのかな」と将来の歯の健康に不安を感じることはありませんか？
そんな時、頼りになるのが歯科の定期的メンテナンスです。

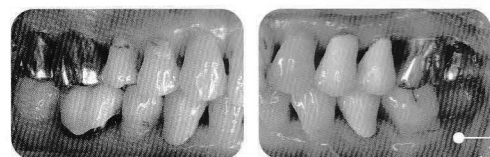
あきらめないで。何歳からでも OK です！



治療
終了時

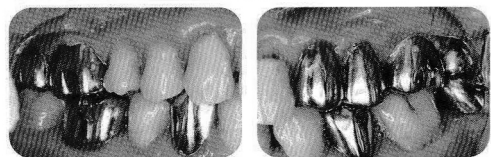


初診時



抜歯

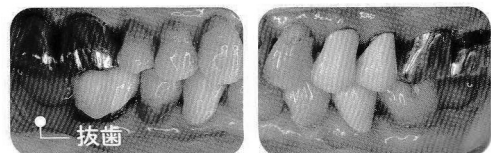
メンテナンスをはじめてから新たなむし歯は1本もなく、歯ぐきにも炎症がありません。すでに歯周病が進行していた奥歯1本だけは、残念ながらついに抜歯になりました。



初診時のお口の中「歯が弱くて」と、治療の繰り返しが悩みです。被せ物の修理が終わったあと、定期的メンテナンスに通うことになりました。



現在
86歳



抜歯

81歳のとき、30代の頃に神経を取った歯が1本破折して抜歯に。これまでに合計2本を失ったものの「自分の歯でなんでも食べられる」と喜んでいただいています。

歯の大切さが実感され、切実になる年齢というと50代くらいかもしれません。若い頃に詰めた歯、被せた歯が長年の噛む力で酷使され傷んでくるのがこの時期です。傷んだところから虫歯が入り込んでしまうこともあります。

歯周病はプラーク除去不足の積み重ねによって起きますが、一方、やりすぎによって起こる弊害もあります。それはゴシゴシ磨きによる歯磨きの退縮です。

こうした、気づかぬうちに進んでいる問題を見つけ出し対策を打って、進行を止めたり遅らせて歯を守るのが定期的メンテナンスです。

定期的に診察・検査とクリーニングを受けていただきながら、過剰な力から歯を守る対策を打ち、フッ素の利用法や食事指導で虫歯を予防します。

適切な歯みがきを覚えていただき、歯周病や歯茎の退縮を防げば、ミドル世代、シニア世代の歯を守り、長く持たせることができます。早く始めるほど効果は高いです。

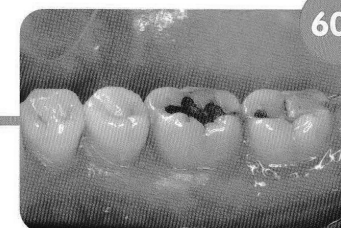
歯科のプロはどこを診ているの？

詰め物が劣化していないか

詰めたときはよい状態だった詰め物も、毎日噛んで使っているうちに徐々に劣化して隙間ができてきます。この隙間がむし歯の温床になってしまうことがあります。



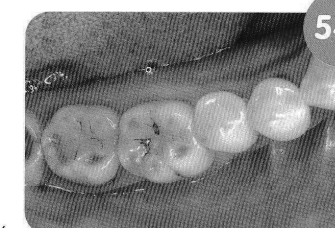
劣化していますがむし歯にはなっていません。経過観察を続けます。



45年ほど前に詰めたというアマルガムの詰め物です。

酸蝕症になっていないか

酸っぱい飲食物を習慣的に摂ったり、胃酸が逆流することによって歯が溶けてしまうことがあります。むし歯よりも広範囲に起き、被害の進行が速いので早期発見が重要です。



早期発見し、すぐに食べるのを止められたので、その後トラブルなく過ごすことができています。



仕事の合間に「男梅」を毎日食べていた患者さん。酸蝕症になっています！

二次むし歯はできていないか

金属の詰め物はとても丈夫ですが、長年強い力で噛むうちに、金属と接する部分の歯が欠けてくる場合があります。この欠けから詰め物や被せ物の下にむし歯が入り込んでしまうことが。こうした「二次むし歯」は気づきにくいので要注意です。

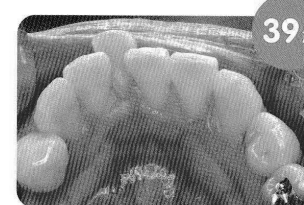


レジンで埋めてむし歯を防ぎました。経過良好です。

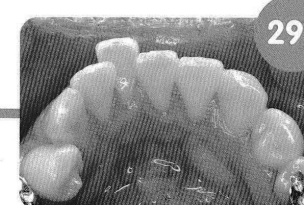


歯が欠けています！ 二次むし歯になりかねません。

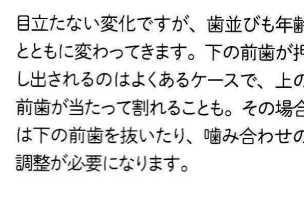
歯並びに変化はないか



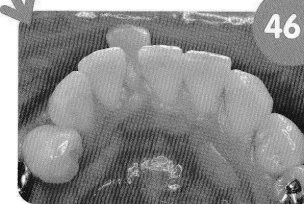
少しずつ前歯がせり出しています。



下あごの前歯が飛び出している患者さんです。

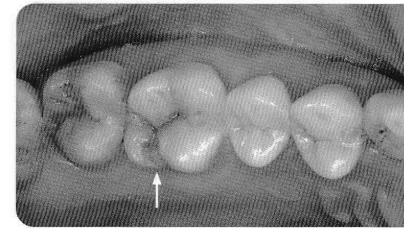


目立たない変化ですが、歯並びも年齢とともに変わってきます。下の前歯が押し出されるのはよくあるケースで、上の前歯が当たって割れることも。その場合は下の前歯を抜いたり、噛み合わせの調整が必要になります。

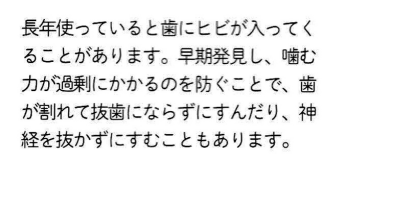


噛み合わせの調整をしながら経過観察中です。

ヒビが入っていないか



ヒビ割れが！ 噛み合わせの調整を受け、日中の噛みしめ癖を治して就寝中はマウスガードを使いましょう。



長年使っていると歯にヒビが入ることがあります。早期発見し、噛む力が過剰にかかるのを防ぐことで、歯が割れて抜歯にならずにすんだり、神経を抜かずにすむこともあります。

虫歯ができやすかったり歯周病に悩んでいたりと口の状態は人それぞれ違います。

定期的メンテナンスでは、患者さんごとに異なるリスクを探りその情報を患者さんと共有します。

そしてトラブル回避のために、日々の生活の中で実践しやすい方法を具体的にご提案します。

こうすることで患者さんは「何に気をつければいいのかわからない」という混乱状態から脱し「予防のポイントを知って効果的に対策する」ことが可能になります。

定期的メンテナンスのもう一つの重要なメリットは、患者さんのお口の変化を視野に入れて継続的に対策ができることです。

年齢とともに変化して行くリスクを予測し、患者さんに伝えることでトラブル回避をしていく。継続的においでいただく定期的メンテナンスならではのメリットです。

患者さんのお口の健康は年齢に左右されるだけではありません。大学に入って一人暮らしになった、出産した、介護で忙しくなった、退職した、といったライフステージの変化にも大きな影響を受けま

す。リスクに早めに気づいて対処するために、予防に熱心な歯科医院を見つけて定期的メンテナンスを始めましょう。

〔 歯ブラシ、フロス、歯間ブラシの届かない場所があります。 〕



ここにも小さなくぼみが。発見できてよかったです。歯ぐきとの境目で、シーラントをしにくい場所なので、クリーニングとフッ素の活用、タフトブラシの使用で守っていきます。



見過ごされやすい歯のくぼみ。放置しているとこうした場所からむし歯がはじまることもしばしば。シーラントで封鎖するとむし歯予防しやすいです。



歯ブラシではプラークの除去が難しい深い溝があります。フッ素配合の歯みがき剤を使い、定期的なチェックを受けて歯を守っていきましょう。

歯周ポケットの奥に歯ブラシの毛先は届きません！



「歯周ポケットに歯ブラシの毛先が届く」とよく言われますが、毛先を歯周ポケットの奥に届かせるのは至難の業。それに、歯周ポケットに毛先を突っ込んでみぐくと歯ぐきが退縮し、むし歯に弱い歯根の象牙質が露出するので、むし歯のリスクがグンと上がってしまいます。

歯周ポケットとは

歯周病の炎症で歯ぐきが歯から剥がれることでできる溝のこと。歯周病が治ると多少浅くはなるものの元通りにはならず、溝が残ってしまうことが多いです。

自分でお掃除
できません！

歯根の下にもポケットが！

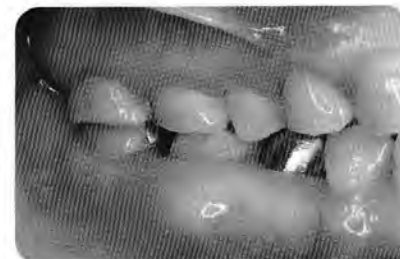
歯周ポケットがさらに深くなると……！

歯周病で骨が減り、歯根の分岐部に達する歯周ポケットが。ここにプラーク（細菌の塊）が入り込んで炎症が進行します。

一生自分の歯で食べていくために

歯の健康は「全身の健康」を支えています。年齢とともにからだや気力が衰えてくる前に、適切な歯みがきと飲食習慣を身につけておきましょう。

目標は、90歳過ぎても自分の歯で食事を楽しめることです。



それでも、若い頃に身につけた適切な歯みがきのおかげで最低限のプラーク除去はできており、飲食習慣もよいのでむし歯と歯周病のリスクを抑えられています。



歯みがきが上手な時代でしたが、最近では細かく手を動かすことが苦手になってきました。以前よりもみがき残しが増えてきています。



長年来院している患者さんで、90歳を過ぎた今も定期的メンテナンス継続中です。歯を1本も失っておらず、「90歳を過ぎても自分の歯で肉でも野菜でもなんでも食べられる」のが自慢です。

夢デン 公式LINE ご登録お願いします

臨時休診など緊急のご連絡が必要な際に、LINEがとても役に立ちます。

過去にも地震や大規模停電の際に電話が使えなくてもLINEがつながるという事がありました。

医院からの強いお願いとして、LINEが使える方は極力LINEへの登録ご協力お願いいたします。

ご予約日の通知と、臨時休診などのお知らせ以外の無駄なご連絡は差し上げません。

不要な広告などは送られませんので安心してご登録ください。



・ 医院からのお知らせ ・

年末年始のお休み

12/29(木) 午前中まで診療
12/30(金)～1/5(木) まで
休診
1/6(金) から診療開始します。

発行元

夢デンタルクリニック

札幌市西区西野3条7丁目
5-15

☎ 011-667-4618

〈診療時間〉

月・火・木 9:30-18:30
水・金 9:30-17:00

休診日：土・日・祝