

Under20

vol.1

「むし歯予防の第一歩とは」



ひるま矯正歯科歯科医師
布田花子

生涯を通して健康な口腔内環境を維持するために、ひるま矯正歯科では『Under 20：20歳までの口腔内を徹底して管理し、むし歯・歯周病のリスクを低下させ維持する事が将来的な口腔内の健康に有利に働く』ことに注目し、取り組みを進めています。

むし歯も歯周病も「感染症」

現在、日本人が歯を失う原因のほとんどがむし歯と歯周病です。むし歯はむし歯の原因菌の働きにより歯が溶かされますが、歯周病は歯周病の原因菌が歯を支える骨を溶かしてしまう病気です。どちらも細菌に起因して引き起こされる「感染症」なのです。

赤ちゃんの口腔内にいつの間にかむし歯菌が...

感染症ということでは、できるだけ病原菌を体内に取り込まない対策をしなければなりません。生まれたての赤ちゃんの口腔内には、むし歯菌は存

在しません。そのまま一生感染しなければ、むし歯にはならないのです。しかし、成長するにしたがって、いつの間にかむし歯菌は増えていきます。なぜでしょう？それは、周囲の人たちから感染（伝染）するのです。むし歯菌は、風邪のウイルスのように唾液によって人から人へ簡単にうつります。そして一度お口に住みつくると、ほとんど無くすことはできなくなります。では、誰からどのようにつるのでしょう？多くの場合は、お母さん、お父さんなど家族からです。食事の時に同じお箸やスプーンを使っていますか。また、熱いものをフーフー冷ましてあげていませんか。口移

家族全体で子供の健康を守りましょう

お子さんの健康な口腔内の育成には、家族全体での取り組みが必要になってきます。お父さん、お母さんのお口の中のむし歯や歯周病がコントロールされていない状態、定期的なクリーニングをされていない場合、そのリスクがお子さんにも影響を与えます。日頃からの食生活、歯磨きの仕方やフッ素の使用など家族みんなで取り組むことで、より効果の高い結果が期待できます。

むし歯菌を善玉菌に変える強い味方！

お父さん、お母さんのお口の中にむし歯菌が多かったとしても、それを善玉菌に変える方法もあります。それは『キシリトール』の使用です。キシリトールは天然の甘味料であり、ガム

やタブレットといったかたちで多く普及しています。悪いむし歯菌をお子さんにうつっても心配のない善玉菌に変えることで、大人も子供もむし歯のリスクが低下します。むし歯予防の取り組みは、乳歯や永久歯が生えてくる

よりもっと前、赤ちゃんの時から予防できることがあります。そのためには、赤ちゃんがお腹の中にいる時からお父さん、お母さんもケアを始めていきましょう。家族みんなで健康な口腔内環境を維持するための第一歩です。

ヒルマヤスアキのホットとひと息 オーダーメイドの予防歯科

私は大学時代スキー（競技）部に所属していて、長期休みはゴーグル焼けどでパンダのようになりながら0.1秒でも速く滑るトレーニングばかりしていました。速く滑ろうとすると筋力や技術が必要な事はもちろんですが、道具の質も重要です。中でもスキーブーツはとても重要なためスキーブーツの中のインナーブーツは足形に合わせたオーダーメイドのものを使用していました。オーダーメイドのインナーブーツはスキー板にしっかりと力が伝わりサイドエッジが雪面をしっかりと綺麗なカーブを描ける爽快感、スピードを出してもブーツの中でしっかりと踏ん張れて怪我をしないという確信できる安心感がありかけがえのない道具でした。

ひるま矯正歯科では開設当初の1978年より、患者さん一人一人の歯のサイズや顎骨の形態に合わせたブラケットのポジションニング、ワイヤーを曲げて調整するオーダーメイドの矯正治療であるスタンダードエッジワイズ法で治療を行ない、より高いレベルの矯正歯科治療を提供しています。また、歯科医療をオーダーメイドにより提供する事でクオリティを高める方法を矯正歯科だけでなく予防歯科でも行っています。

患者さんの中には他の歯科医院でもメインテナンスを受けた事があると教えてくれる方がいます。皆さんおっしゃるのは、「ひるま矯正歯科に比べてメインテナンスが気持ちよくなかった」という言葉

でした。詳しくお話を聞いてみると、多くの歯科医院では事前の検査もなく患者さんの気になっている所も聞かず、治療の合間の短い時間にPMTTCや歯石除去を行う様です。もちろんこれでも予防の効果は少しはあるかもしれませんが、しかし、検査をせずにPMTTCや歯石除去を行ってモリスクの高い部位のバイオフィルムを破壊する事は出来ず、予防の効果は極めて低いものでしょう。効果がなければメインテナンスを受けた後のスッキリとした気持ちよさもないため先の患者さんたちのような感想になる様です。ひるま矯正歯科では効果のある予防歯科を受けていただくために、事前に唾液検査と歯周精密検査を受けていただき検査結果からオーダーメイドの予防方針を作成し時間を行って行っています。このため、方針にも納得されたり、気がつかずに悪くなっている部位のバイオフィルムが破壊されたりする事でスッキリするのではないかと感じています。ひるま矯正歯科は矯正歯科だけでなく予防歯科もオーダーメイドで行い、スッキリして気持ちよくなってもらいながら皆さんの口腔内の健康を守っています。