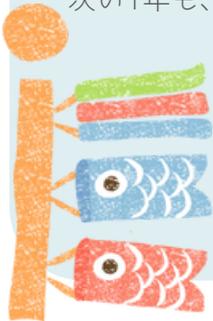


くどう歯科医院通信

草葉の緑眩しい季節となりました。

この度**4周年**を迎えることとなりました。地域の皆様の口腔内の健康のために、「誠実に、丁寧に。」を理念に、患者様の納得や、治療の説明などできるだけ時間を使うようにしてきました。信頼していただける歯科診療をこれまでおこなってきたつもりですが、これからもこの気持ちは変わりません。次の1年も、患者様の笑顔のために、頑張っまいります。



くどう歯科医院 院長 工藤 慶太
令和6年5月1日

Message

5月診療日のお知らせ

休診日
5月3日(月)~5月7日(火)

上記他はカレンダー通り診療します。



お口健康・毎日元気 いきいきデンタル

虫歯って歯で何が起きているの？

甘いものを食べると、歯を磨かなければ虫歯になるよ！

幼いころから言われて来たので、どうすると虫歯になってしまうかは大体ご想像がつくかと思います。

では、実際に虫歯とは口腔内で何が起きているのでしょうか？具体的に見ていきましょう。



虫歯とは歯が溶けた状態のこと！

虫歯は、口の中に存在するむし歯の原因菌（ミュータフス菌）が作る酸が歯のカルシウムやリンを溶かし、やがて穴があいてしまう病気です。

虫歯の要因となる4つの因子！

1 細菌(ミュータフス菌)

お口の中には300種類もの細菌がいるといわれています。主なむし歯菌はミュータフス菌です。ミュータフス菌が歯垢のなかでネバネバ物質と酸をつくらせて初期のむし歯の穴をあけます。

2 歯や唾液の質

歯の硬さや歯並び、唾液の量や成分によって虫歯のなりやすさが左右されます。

人の歯のエナメル質は不完全な結晶ですがフッ素が入ると結晶構造が強化され、虫歯になりにくくなります。

3 糖質

食べ物に含まれている糖質（特に砂糖）は、ミュータフス菌が酸を作る材料に使われます。糖質が虫歯菌のご飯になり、プラーク(歯垢)が作り出されます。糖質はお菓子だけでなく、色々な食べ物に入っています。

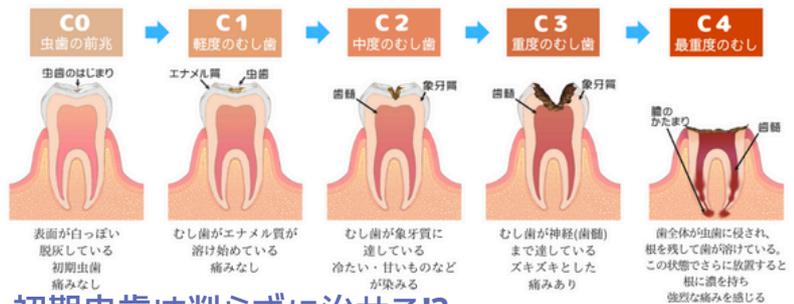
4 時間

虫歯の原因となる糖分が長時間お口の中にあると、虫歯はどんどん進行します。ミュータフス菌の活動を抑制するために、この時間を短縮することが重要となります。グラグラ食いが良くない理由となります。しっかりと時間を決めて間食をするとは、あまり問題ではありません。



虫歯の進行

歯の定期検診等でよく耳にする、虫歯を表す『C』の言葉。歯科では、虫歯の進行度を虫歯を示す単語であるCaries(カリエス)の頭文字を取り「C0、C1~C4」と表します。数字が大きくなるにつれ、重症になります。



初期虫歯は削らずに治せる？！

初期虫歯(C0)とは歯の表面の『エナメル質』の成分が溶けだした状態です。これを『脱灰』と呼びます。この段階なら、まだ物理的に穴はあいていません。特徴は表面が白濁したり、奥歯の溝が茶色くなったりします。脱灰しただけならば、唾液に含まれるリンやカルシウムが歯のエナメル質の中に自然に戻っていくことがあります。これを『再石灰化』と呼びます。ブラッシングで正しいケアをすれば、治せる可能性があります。ただし、自然治癒が難しい場合もあるので、歯科の定期検診等の経過観察が必要です。

毎日の心がけで虫歯予防を！

- 歯磨き
- 食習慣を気をつける。
- 唾液の量を増やす。
- フッ素を使用する。
- 歯科医院で定期的な健診とクリーニングを受ける。