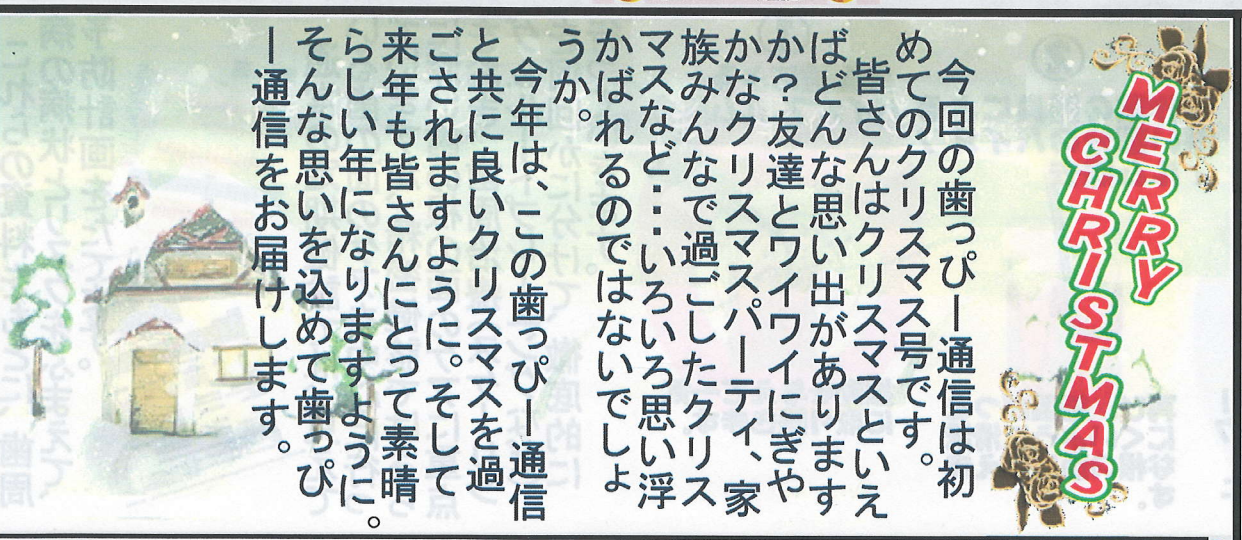
歯科衛生士 歯っぴー通信

第23号



今回の歯っぴー通信は初めてのクリスマス号です。皆さんはクリスマスといえばどんな思い出がありますか？友達とワイワイにぎやかなクリスマスパーティ、家族みんなで過ごしたクリスマスなど・・いろいろ思い出がばれるのではないでしょうか。

今年は、この歯っぴー通信と共に良いクリスマスを過ごされますように。そして来年も皆さんにとって素晴らしい年になりますように。そんな思いを込めて歯っぴー通信をお届けします。

黄信号で気付こう！ストップさせよう！『歯周病編』

前号でバイオフィルムについてお話しました。

バイオフィルムの中で互いに助け合いながら成熟していく細菌たち。目には見えないけれど、確かにいる小さな生命体。むし歯も歯周病も細菌による感染症でしたね。今回は、そのバイオフィルムが脅かす歯周病にスポットライトをあててみましょう。

※バイオフィルムとは・・・歯の面にこびりついた細菌や歯石の塊が成熟したもの

健康な状態

歯周病にかかった状態

歯周病の原因は、口の中に棲む歯周病菌。それらの出す毒素が引き起こす炎症によって歯ぐきが腫れ、進行すると支えを失い、歯が抜けてしまうという怖い病気です。

歯周病菌はお口の中に常在し、普段は人間と平和に共存しています。ところが、磨き残しなどのためにプラック（細菌の塊）が蓄積し成熟すると、歯周病菌はどんどんパワーアップし、口の中で猛烈に増殖します。するとそれまで保たれていた共生のバランスが崩れ炎症が起きます。これが、歯周病の始まりです。

しかし、歯周病は静かに、しかも痛みを感じることなく進行するため、気付いた時には、歯を支える骨がかなり失われていることもあり、治療も困難になります。

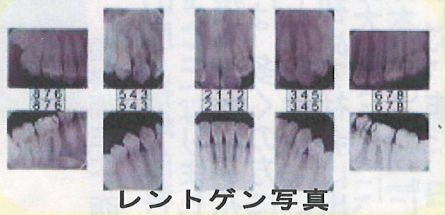
そうです！早期発見・早期治療が歯周病治療の鍵なのです。

すべての基本は歯周病菌の除去から

さて、歯周病の進行を止めるには、とにかく歯周病菌を徹底的に追い出すこと。空気が苦手な歯周病菌は、暖かで空気のない歯周ポケットの中が大好きなのです。

そこで、歯周病菌を減らすには、歯面だけでなく、歯周ポケットの中の細菌まで取り除く必要があるのです。

検査


レントゲン写真

口腔内写真

出血検査

歯周ポケット検査

青信号への第一歩 福嶋歯科医院では…

定期的にメインテナンスされている方でも、二年ごとに精密健診を行い、普段分からない歯周病の病状を確認します。

これらの資料をもとに、歯周病の病状とリスクをふまえて、予防計画をたてます。

通常の定期健診では、見えている歯の面のケアを中心に行っていますが、精密健診ではさらに深い歯の根の面のケアに重点をおき、歯周治療（スケーリング&ルートプレーニングなど）を何回かに分けて、徹底的に行っていきます。

①超音波によるバイオフィルム除去

振動を与えて一気に取り除きます。

②手作業の器具による深い部分のバイオフィルム除去

再び、細菌がつきにくいように滑沢な根の面に整えます。

③プラークや着色の除去

日々のケアでは取り除けなかったプラークや着色の除去、リスク部位のクリーニングを行います。

Q&A よくある皆様からの質問にお答えします！

Q 何度も通うのがたいへんです。一度で出来ませんか？

A 歯周ポケットの中のプラークや歯石を除去する治療は、鋭い刃物を使い精密に行う必要があります。炎症がある場合はなおさらです。

また、お口全体を一度で行うには、長時間にわたりお口を開けていただかなくてはなりません。その為、通常はお口を何分割かに分けて行うこととなります。よりよい治療のためご理解をお願いします。

Q 歯周病の治療をしてもらってから歯ぐきが下がって、歯が長くなってきたのですが…

A 歯周病が進行した状態であればあるほど、すでに歯を支えている骨は失われています。そのため、治療後の歯肉は大きく変化します。治療を行ったから下がったのではなく、その前に腫れていた歯肉が健康な状態に戻っただけなのです。だからこそ、支えている骨がたくさん失われる前に、早期に治療を始めることが肝心なのです。

継続的な小さな努力が、将来大きな実を結びます

歯周病は、日ごろから丁寧にプラックコントロールをし、定期的に歯科医院でプロフェッショナルケアを受けていれば確実に予防できる病気です。治療せず、放置している歯周病は口の中で細菌を育てているようなもの。せっかく、予防策があるのですから、自覚症状が出る前にまずは健診を受けましょう。そして、歯周病をストップさせるのです！

第三十五回 ビーバークラブ ご報告

懇親会では、民謡の世界を体験させていただきました♪

「ヴァイオリン・コントラバス・ピアノによるコンサート」音楽の秋を堪能させていただきました♪

次回、春は新しい試みを計画中！詳細は次号でお伝えします。

ご挨拶

歯科衛生士　西村 久美子

この度、福嶋歯科医院を退職することになりました。

学校を卒業してからの七年の間には、多くの方に出逢い、多くのことを学ばせていただきました。初めて社会に出て、歯科予防の大切さと共に、『歯科衛生士の本当の役割』について教わりました。また、日々の診療の中では、この方にはどうしたら伝わりやすいか、どんな内容でやっていこうかと考え、悩んだこともありましたが、「お手入れ頑張っています。」「教えてもらった所を丁寧にやってみました。」などの言葉を頂いた時には、皆様の健康を守っていきたいという気持ちの上で、とても励みになりました。いつも優しく接して下さった皆様がいたからこそ、頑張って来れたのだと思います。

皆様にお会いできなくなるのがとてもさみしいですが、今までの全てを糧に新しい生活を頑張っていこうと思います。どうもありがとうございました。

福嶋歯科医院
〒680-0831
鳥取市栄町609加藤紙店ビル5F
TEL 0857-24-7272
FAX 0857-24-7262
Email fuku-y@hal.ne.jp
URL http://www.hal.ne.jp/fuku-y/

【製作】澤 美千代
【監修】福嶋由梨　村田さゆり　西村久美子