

歯っぴー通信

第30号

特集1

知覚過敏

あなたの歯が
狙われている

その2

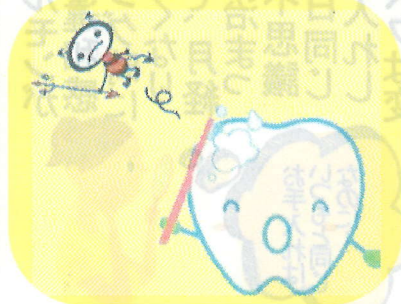
木々の緑も色鮮やかに
なってきたが、皆さんお
変わりなくお元気で
お過ごしのことと思
います。

春眠暁を覚えず
と言いますが、ま
さしくその通りで
すね。とは言え、
眠ってばかりもい
られませんか。心地
よい春風に誘われ
て散歩するのもい
いですね。
せつかくの春です
もの、存分に謳歌
しましょう。

対処法①

セルフケアで
自然治癒を促す

歯の表面に細菌が残っていると余計にしみやすくなる、という事を前回お話ししました。歯ブラシでやさしく丁寧
に細菌を除去すること
で、歯が元々持つて
いる自然治癒力が発揮
しやすくなります。



それでも症状が改善されない方は……

対処法②

象牙細管を封鎖する

セルフケア

で……「コマーシャルでお馴染み、シュミテクト」などの知覚過敏用歯磨き剤の使用により、象牙細管の入り口を塞いで、刺激を伝わりにくくする効果が期待できます。



歯科医院で……歯の表面に薬剤をすり込み、象牙細管の封鎖を目指す。薬剤は透明なもので見た目は変わりません。それでもしみる方は……

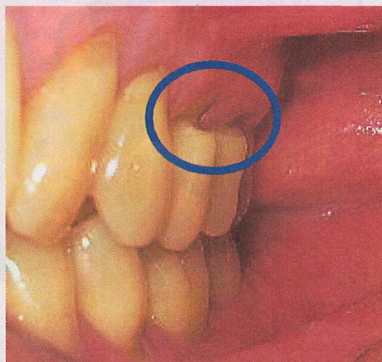


対処法③

「レジンでつめる」

くさび状に大きく欠けている場合などは、刺激を遮断し、細菌が入り込まないように、歯と同じ色の樹脂の材料でつめることが出来ます。

術前



術後



①②③の対処をしても、ゴシゴシ磨きや、歯ぎしり・食いしばりがあれば、同じ部分がはがれたり削れて、再びしみる環境になりやすいので、注意を！

特集2

女性必見!

もちろん男性も見てください!



女性は男性よりも
歯周病になりやすい!?

びつくりするタイトルですが、実は本当なのです。

歯周病菌には、女性ホルモンのエストロゲンが好物なものがあります。なんと、この女性ホルモンは唾液や歯周ポケットの中にも分泌されています。そのため、女性ホルモンが増える時期にはそれをエサにする歯周病菌がどんどん増えてきてしまします。特に、妊娠中は女性ホルモンが増える以外にも、つわりなどで不規則な生活になりやすいので、歯周病のリスクが高くなります。

つわりの楽な時間にお手入れしましょう



また、女性は、思春期や妊娠中だけでなく、毎月の周期的な女性ホルモンの分泌量の変化で歯肉が腫れやすくなります。月経が近づく

と、女性ホルモンが増え歯肉の違和感やブラッシング時に出血しやすくなります。そして、月経が始まると治まってくる不思議なことに毎日同じようにお手入れしてもリスクは変化するので。

おなかの赤ちゃんが狙われている!?



歯周病菌は、お母さんの体だけでなく、おなかの赤ちゃんにもよくないことがあります。歯周病菌の出す毒素などが血中に流れ込み続けると、子宮の内膜を刺激し、ぎゅっと収縮させてしまうのです。すると、出産のスイッチが入り、早産や低体重児のリスクを高めてしまうのです。



お母さんご自身だけでなく、大切な赤ちゃんのためにも、普段からのお手入れと定期健診で歯周病を予防していきましょう。



夢を持っていきいきと!

三十年近く来院されている松田泉さん八十九歳。今でも、「するめも噛めるで」と話されます。

先日、定期健診時、二月に開催されるマスターズ水泳鳥取大会に出場するお話を伺っていました。「来年九十歳、今までの記録を見ると全国的にも十位には入る。神戸の大会に出てみようかと考えている。夢を持っておかんといけん。目的を持って!」と話される松田さん。とても、九十歳を迎えられるようには見えません。

後日、新聞で五十m、百m自由形での活躍を目にし、思わず拍手をしてしまいました。しっかりと目とした目標を持ち、夢に向かって努力をされるその姿に、私達も元気をもらっています。

二月の大会にて、素晴らしい成績を残されました!

健闘をたたえる

第20回 鳥取県室内マスターズ水泳競技大会

第1位

所属 オレンジII
氏名 松田 泉
区分 85才〜89才 男子
種目 100M自由形
記録 1分55秒95

平成26年2月28日

鳥取県マスターズ水泳協会
会長 植田 武郎

「鳥取マスターズ二十周年記念写真」 娘さんと一緒に



福嶋歯科医院

〒660-0831 鳥取市栄町600加藤紙店ビル5F

TEL 0857-241-2272

FAX 0857-241-7202

URL <http://www.halnet.jp/fuku-y/>

【製作】澤美千代 村田ゆり 丸山香織
【監修】福嶋由梨