

カムカム! ファミール

皆様、こんにちは！いつも「カムカム!ファミール」を読んでもいただき、ありがとうございます。
今回は「歯周病と歯周病菌」について、お話をさせていただきます。

前号の「カムカム!ファミール44号」では、歯周病は「家の基礎部分」に当たる「歯を支えている骨」が溶けてなくなる病気であり、歯周病が進行すると歯が抜けてしまうことをお伝えしました。

虫歯は進行すると痛みが出るのでご自身でもわかるのですが、歯周病は通常痛みや腫れのような自覚症状がなく、気がつかないままゆっくりと進行していきます。ある程度進行したら、歯磨きの時に歯茎から出血し始めます。その頃はまだ軽度の歯周病で、治療も簡単に済むことが多いです。更に進行して中等度まで進むと、歯茎が腫れたり、膿が出るようになってきます。疲れて免疫力が低下した時には、歯茎が大きく腫れて痛みがでることがあります。その状態を放置し、更に歯周病が進行して重度になった場合は、歯がぐらぐらして物が食べにくくなってきます。中等度以上の歯周病になると、治療も大変になってきます。

歯周病の原因は、P.g菌などの歯周病菌です。歯周病菌は10代後半には家族から自分の口の中に移り住むようになります。

歯周病菌は酸素が苦手であり、二酸化炭素を必要とする菌なので、歯磨きがしっかりとできていてプラーク（歯垢）が少ない人の口中には住み着きにくく、増えることができません。反対に、歯磨きが不十分でプラークが溜まっている人は、プラークの奥の方まで酸素が届かないので、歯茎の中にいた歯周病菌がジワリジワリと増えていきます。

さらに、歯周病菌は歯茎が腫れて出血する血を餌にして増えていく菌です。つまり、歯磨きをせずにプラークが溜まり、歯茎が腫れれば腫れるほど、歯周病菌にとっては住み着きやすい環境になるというわけです。

まずはご自分の口の中にP.g菌がどのくらいいるか測ってみませんか？

お気軽にスタッフまでお声がけください！



▲ 歯周病菌検出装置
「オルコア」



▲ 検査結果

医療法人QOL ファミール歯科 院長 原 博章

診療カレンダー

★... 勉強会の為、午後の受付は15時からです。

10月

休診日

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10*	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26*	27	28
29	30	31				

11月

休診日

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14*	15	16	17	18
19	20	21	22	23*	24	25
26	27	28	29	30		

12月

休診日

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12*	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22*	23
24 31	25	26	27	28	29	30

< 10月のスケジュール >

- 7日(土) 矯正相談日
- 12日(木) PM 受付16:30まで
- 19日(木) 休診
PM 矯正診療日

< 11月のスケジュール >

- 11日(土) 矯正相談日
- 16日(木) 休診
PM 矯正診療日



< 12月のスケジュール >

- 2日(土) 矯正相談日 / 院長 不在
- 21日(木) 休診 / PM 矯正診療日
- 23日(土) PM 受付15:30まで
- 28日(木) AM 診療 / PM 休診
- 29日~1月4日 休診

受付からの /

歯☆カムとびっくす

歯科医師・歯科衛生士・歯科助手・受付のそれぞれの部署から、皆様にお伝えしたいことを順番にお話していきます。今回は受付からお話します。

「フロスカ死か」

「フロスカ死か！」アメリカのマスコミからこんなメッセージが発信され、全世界に衝撃が走りました。

何とも大げさな書き出しだと思われるかもしれませんが、これはつまり「デンタルフロス（糸ようじ）や歯ブラシを使って口の中のお手入れを毎日きちんとやりますか？それとも、歯周病になって命をおびやかす別の病気にかかり、寿命を縮めて死にますか？」という意味です。デンタルフロスや歯ブラシを使い歯周病を予防しなければ、全身疾患を引き起こして命を落とす危険性があることを伝えています。歯周病が原因となって引き起こされる恐れがある疾患には、以下のものがあります。

- 糖尿病 … 歯周病菌から出る毒素が血液を介して全身を巡り、それがインスリンの働きを低下させて、糖尿病を引き起こします。
- 肺炎 … 飲み込む力が低下していると、唾液中に混ざった歯周病菌が誤嚥（ごえん）によって肺に入り込み、肺炎を引き起こします。
- 心臓疾患 … 歯周病菌が血液を介して心臓へ送られると、心臓の弁に炎症を起こす、血管内にこびりついて血管を狭くするといった命にかかわるトラブルにつながります。
- 心筋梗塞、脳卒中 … 歯周病菌が血液に侵入して全身へと広がり、動脈硬化を誘発する物質を生み出して血管を詰まらせてしまい、心筋梗塞や脳卒中を発症させます。

歯周病はお口の中に悪影響を及ぼすだけでなく、このような命を脅かしかねない全身疾患を引き起こす原因にもなる病気です。

歯周病の予防に効果的なのは、毎日の歯磨きの徹底です。それには歯ブラシ1本だけでなく、**デンタルフロスを取り入れた念入りなケアを日常的に行うことが大切です。**

歯と歯のすき間は、歯ブラシの毛先が入りにくいいため歯ブラシ1本では磨き残しが出やすく、歯周病菌などの細菌が繁殖しやすい場所だからです。

歯間部の汚れは歯ブラシだけでは60%程度しか取り除くことができませんが、**歯ブラシとデンタルフロスを併用すると80%までの汚れが取り除けるとの調査もあります。**

自宅の歯磨きでは取り切れない約20%の蓄積汚れについては、当院へ定期検診に通って頂きプロフェッショナルケアで取り去りましょう！当院では色々な種類のフロスを販売しておりますので、おすすめのフロスについてはお気軽にスタッフまでお尋ね下さい♪



歯科衛生士の「片井 妙子」が ファミリー歯科を卒業しました。



患者さんとの
出会いや経験から
多くの事を教えて
頂きました。
本当にありがとう
ございました。

ありがとう
ございました!

歯科医師の「吉田 有希」が ファミリー歯科の一員になりました！



趣味は旅行です♪

吉田 有希
(よしだ ゆき) です。
安心して治療を受けて
いただけるよう、
一生懸命頑張ります！
宜しくお願いします。

※ 2024年3月までの勤務予定です

「日本臨床歯周病学会 第41回年次大会」へ参加して来ました！

6月24日、25日に福岡で行われた日本臨床歯周病学会へ、歯科医師・歯科衛生士の総勢8名で参加しました。今回のテーマは「再生療法 NEXT STEP」でした。医学の進歩に伴い様々な新しい治療法が考えられていますが、治療が成功するかどうかは、日々の歯みがきや定期的なメンテナンスに来て頂くことが最も重要であることを学びました。皆様の健康が守れるよう、今後も知識や技術を磨いていきます！

倉形 亜優美



「再生療法
NEXT STEP」

