

第3の歯科疾患 Tooth Wear

むし歯でもないのに歯が溶けるのは、なぜ…？

歯の表面をよく見ると、むし歯でもないのに歯が溶けて歯質がなくなっている歯があります。このような歯の症状を「Tooth Wear（歯が磨り減る）」と言います。現在、97%の人に小なり小なりTooth Wearがあるとされています。むし歯や歯周病が改善しているのに比べ患者数が増えていることから、歯の寿命を縮める「第3の歯科疾患」として注目されています。Tooth Wearは原因によって3つに分類され、磨り減った程度に応じて修復治療などが行われます。しかし、Tooth Wearの進行は緩やかなので、治療よりも症状を引き起こしている原因を取り除くような生活習慣の改善や予防が重要になります。

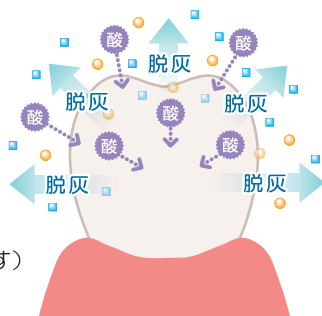
Tooth Wearの分類

- **酸蝕** …… 細菌以外の酸によって歯質が溶かされることです。原因は主に酸性食品やスポーツドリンク、胃酸などに歯がさらされることによります。酸の強い食品によって歯が溶けてしまう酸蝕は、最も身近なTooth Wearです。
- **咬耗** …… 歯と歯が接触して磨り減ることです。かみ合う面が平らになっていることでわかります。
- **磨耗** …… 歯磨きをし過ぎるなど、かみ合うこと以外の原因で歯が磨り減ることです。

身近な酸蝕の予防法

基本的にはむし歯の予防と同じですが、食習慣が大きく影響するので、それを改めることがポイントです。

- 食事は時間を決める（口の中を長く酸性にしておかない）
- 酸性食品の摂り過ぎやだらだら飲みを止める
- 食べたなら口をすすぐ（酸をできるだけ早く流します）
- 歯磨きは、食後しばらく経ってから（歯がもろくなっているのですぐに磨くと歯質がはげ落ちます）
- フッ素を使う（歯質を強化し酸に耐えられる歯にします）
- 歯科医院で定期的なチェックを受ける（フッ素を使ったケアを受けましょう）



- 酸 食品の酸
- リン酸イオン
- カルシウムイオン

KOMIYA DENTAL NEWSLETTER

2011年
5月号

新年度始まりの4月も終わり、落ち着いた頃にゴールデンウィーク。風薫るさわやかな5月は、行楽の予定や各種行事も多くなります。夜と日中の気温差も大きいので、体調管理にはご注意ください。

東日本大震災、福島原発事故で被災、避難された方のために区立水元学び交流館が避難所になっていました。医院にも数名の方が応急処置のために来院されました。地震の為に家も壊れているのに、避難させられる胸中をお察しすると本当に大変だと思います。とりえず私に出来ることは歯科診療だと思い、一生懸命に治療しました。この辺でも余震は収まってきましたが、被災地の方々の苦労は、まだまだ続きます。この事を忘れずにいたいと思います。また、明日は我が身かも知れません。防災の為に準備も怠らぬ様にして行きたいと思います。

毎月保険証の提示に御協力頂きありがとうございます。
この Newsletter は当院のオリジナルで毎月発行しています。

診療日
変更の
お知らせ

- 6月 4日(土) 医院設備メンテナンスのため午後休診
 - 6月 25日(土) 院長「よい歯の集い」出張のため午後休診
- 定期メンテナンスのご予約は1ヶ月前より受け付けることとなりました。ご了承ください。

こみや歯科

03-5699-8888

〒125-0041 葛飾区東金町1-45-2 ハヤシ駅前ビル2F

「インターネット予約確認サービス URL」 <https://dn2.dent-sys.net/komiya>

ホームページアドレス <http://www.wahaha.gr.jp> E-mail dental@wahaha.gr.jp