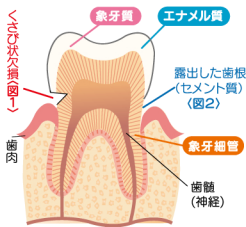


冷たいものが歯にしみる、歯ブラシがあたると痛むという症状で困ったことはありませんか? 心当たりがある…という方は「知覚過敏」かも知れません。むし歯と似た症状ですが、むし歯は慢性的にしみる・痛むのに対して、知覚過敏は刺激を受けた時に一時的に生じる場合が多いようです。

●知覚過敏がおきる仕組み



歯の表面は硬い**エナメル質**で覆われています。それが何らかの原因ではがれ、その下の**象牙質**がむき出しになると、外の刺激が**象牙細管**(象牙質の中の細い管)を通じて歯の神経に直接伝わってしまいます。こうして知覚過敏がおこります。



●知覚過敏の原因は?

■ 間違った歯みがき方法

強い力やかための歯ブラシで、毎日ゴシゴシ磨いていると、エナメル質が(時として象牙質も)削れてしまいます。くさび型にはがれることから、くさび状欠損(図①)と呼ばれます。

■ 歯周病

歯周病により歯肉が下がり歯根が露出すると、エナメル質より磨耗しやすいセメント質がむき出しになり、知覚過敏がおきやすくなります(図②)。

■ かみ合わせや歯ぎしり

かみ合わせや歯ぎしりで、偏った場所に毎日強い力が加わることで、エナメル質がはがれてしまいます。

■ 酸蝕歯

飲食物に含まれる酸で歯の表面がとけることも知覚過敏の原因になります

●知覚過敏の対処法

軽度の場合は知覚過敏用歯磨き剤の使用で改善することもあります。歯科での治療は、象牙質の露出部分に詰め物や薬を塗布して保護する方法、また、歯根にコーティングを施し刺激を遮断する治療法もあります。原因がわかっている場合はその原因を取り除くことも大切です。不快な症状が続くようでしたら、ご相談ください。

VOICE 知覚過敏ではなく、むし歯になっているケースもあります。自己診断せず、一度歯科を受診するようにしましょう。

早いもので今年も半分を過ぎました。あっという間に7月ですね。初旬は梅雨の名残の通り雨に備えてバッグに傘があると安心かもしれません。

7月前半のイベントはなんとといっても七夕様ですね。私が子供の頃は、まだ三郷では天の川が見えていたと思いますが、最近では都会の夜空に星を見るのも難しくなっていました。

短冊を下げた笹も、小学校の行事の後は川に流したり校庭で燃やすなどしていましたが、昨今では、どちらも環境汚染につながることから禁止されているようです。今どのように片づけられているのでしょうか? いずれにしても、お願い事が天に届くといいですね。

さて、後半は、いよいよお子さん方のお待ちかねの夏休みに入ります。夜更かしをして、お昼近くまで寝てしまったり、生活のリズムが乱れたり、お菓子やジュース・アイスなど、家にいるとだらだらと手に取って食べてしまい食生活のリズムも乱れがちです。時間割がなくても、勉強の時間、おやつとの時間とメリハリをつけた生活を心がけてください。勉強やお仕事の合間に口が寂しいときはキシトールのガムをお勧めします。ガムをかんで唾液をたくさん出すことが、むし歯の予防にもつながります。

親御さんもお子さんの学期末は短縮授業などでお忙しい時期になりますが、治療の予約をお忘れになりませんよう、予定をしっかりとご確認くださいませようお願いします。(N.W)

毎月保険証の提示に御協力頂きありがとうございます。
このニュースレター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

・8/10日(土)〜15日(金)夏期休診とさせていただきます

こみや歯科

☎ 03-5699-8888

〒126-0041 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