



【院長コラム】



駐車場がきれいになりました！工事の際はご迷惑をおかけしましたが、駐車しやすくなったと思います。今月もよろしくお願いたします。

【虫歯と歯石はライバル関係!?】

ほとんどの人が悩まされることの多い虫歯も、意外と知らないことばかり。今回はちょっと変わった視点から虫歯の知識を紹介します。

歯石の表面は細菌だらけ。イメージ的には歯石は悪者。何となく歯石があると虫歯になるような感じがしませんか？でも実は歯石の下に虫歯ができることはまれ。



虫歯の原因の歯垢はまず歯のエナメル質に付着しますが、唾液中のカルシウムイオンなどが歯垢を石灰化して固めてしまうことがあります。これが歯ぐきの上に見える歯石。完全に石灰化すると虫歯菌は活動できません。このため歯石が付着している直下のエナメル質は、酸により溶かされた穴になりにくいのです。

すると歯石は取らなくても良い？と思ってしまうそうですが、違います。問題になるのは歯石の内部ではなく表面。歯石の表面は細菌の活動が活発なのです。歯石の表

面はツルツルした歯の表面に比べてかなり凸凹で、この凸凹に歯垢が次から次へと集まります。そのため歯石の表面が歯ぐきに触れるようになると、今度は炎症を起こし歯周病になってしまうのです。

【虫歯と歯石の不思議な関係】

普段口の中はほぼ中性～弱アルカリ状態だと言われています。食事をするたびプラーク中の虫歯菌が酸を出し、歯を溶かします。ちなみに歯が酸で溶け出すのは、成人の永久歯でpH5.5付近。レモンなどの酸性食品を頻繁に摂り過ぎると酸蝕症と言って、歯の表面が溶けだしてしまふこともあります。



一方歯石が作られやすい環境はアルカリ性。アルカリ性では歯が溶けないため、虫歯にならなくなります。その代わりに歯石ができやすくなるのです。

人の持つ優れた防御機能でも、現代人の生活環境では、虫歯や歯周病を防ぐことができません。毎日の手入れを行ないながら、定期的検診などを上手に利用するのが、歯を長持ちさせる秘訣です。



(All About ホームページより)

| 日 | | 月 | | 火 | | 水 | | 木 | | 金 | | 土 | |
|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | 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 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |

休診日: 30, 31, 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 16, 23, 30 (17時まで)

午後診療3時半～: 12, 13, 20, 27