

ニコないっしん5月号

2025年 Vol.207



6月4日~10日は歯と口の健康週間です！

もともと、6月4日が6(む)4(し)と読めることから、6月4日を虫歯予防デーとしていたのが始まりです。この週間は、歯と口の健康に関する正しい知識を国民に対して普及啓発するとともに、歯科疾患の予防に関する適切な習慣の定着を図り、併せてその早期発見及び早期治療等を徹底することにより歯の寿命を延ばし、もって国民の健康の保持増進に寄与することを目的としています。



今年の標語は「歯みがきで 丈夫な体の 基礎づくり」。
歯を大事にし、美味しく食事をして長生きしていきましょう！



こあら | 歯科衛生士ママ

@koaraaa8 · フォローする



現役歯科衛生士が教える。
歯がしみる主な原因5つはコレ！

1. 歯茎の退縮

硬い歯ブラシや強い力で磨いたり、加齢や歯周病により歯の根が露出する。

2. 酸性飲食物の過剰摂取

砂糖の多い炭酸飲料・スポーツドリンク・酸性飲料などを頻繁に飲食し、エナメル質を侵食する。

3. 歯ぎしり・食いしばり

過剰な力が歯に加わり、歯がすり減ったり欠けたりすることにより、神経を刺激する。

4. 歯の破折・亀裂

外傷や過度の歯ぎしりや食いしばりによる損傷。

5. 治療後の反応

虫歯治療やホワイトニング後の神経刺激。

<https://x.com/koaraaa8/status/1912614826209345576>

虫歯がないのに歯が染みることを知覚過敏と言います。

「こあら | 歯科衛生士ママさん」が、知覚過敏の主な原因についてXでまとめて投稿されていました。ぜひ参考になさってください。

2025.05

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15 休診	16	17 17時まで
18	19	20	21 休診	22	23	24 17時まで
25	26	27	28 休診	29	30	31 17時まで



ないとう歯科医院 新潟市東区物見山2-35-19 TEL:025-270-2218 <http://www.naito-dental.com>