

第9号

かめい歯科通信



2017年、どんな一年でしたでしょうか？
大掃除に新年の準備、なにかとバタバタする時期ですが、
大切な歯、お口のケアも忘れずに・・・



2018年もスタッフ一同、皆さまのお口の環境をより良くし、通院しやすい医院
作りをしていきます。来年もどうぞよろしくお願いいたします。

お口の豆知識

歯ごたえってなんだろう？

蕎麦やうどんのコシ。レンコンのシャキッとした歯切れのよさ。エビのプリッとした食感。
これらは一体どこでどうやって感じているのでしょうか？

歯の表面に感覚はありません！

「歯ごたえ・歯切れ・歯ざわり」など、食感を表現するのに「歯」という言葉がよく使われます。
では、これらの食感は歯で感じているのでしょうか？

いいえ、歯の表面には感覚がないので、歯そのもので食感を感じることはありません。

では、歯の中の神経を通じて感じているのでは？

いいえ、神経は硬い歯の中に入っていますから、噛んだ時の感覚はほとんど伝わりません。

じゃあ、顎の骨・・・？

惜しいですがこれも間違い。

たしかに歯の根は歯槽骨とよばれる顎の骨に埋まっていますが、
骨が食感を感じることはないのです。



こんなところで感じている！

食感を感じている…

その正体は「**歯根膜（しこんまく）**」です！

歯根膜はこのように歯の根とそれを支えている歯槽骨の間にあります。

その厚さ、わずか0.5mm以下。私たちはこの極めて薄い膜に加わった圧力を感じて、食感を楽
しんだり、食べ物を噛む力を調整したりしているのです。

また、間違えてガリッと硬いものを噛んでしまった時などには、歯や周りの骨を守るクッショ
ンの役割もしています。

歯根膜は歯が抜けると一緒に無くなってしまいます。

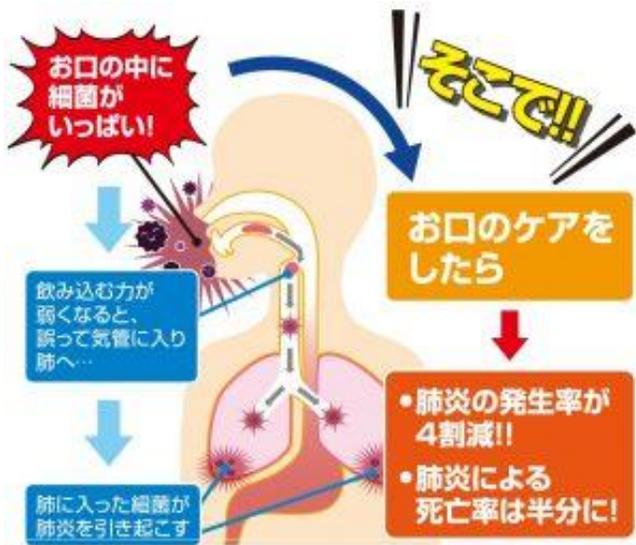
歯ぎしり・食いしばりをしてしまったり、歯周病になると歯根膜が
正常に働かなくなり、うまく噛めなくなります。さらに、歯を失って
しまうと歯根膜は一緒に無くなってしまいます。たとえ入れ歯や
インプラントで歯を補ったとしても、食感を取り戻すことはできな
いのです。いつまでも楽しい食生活を送るためにも、
自分の歯を失わないように日頃からしっかりケアをしておきましょう。



肺炎による
死亡率が半分に！

高齢者・要介護者に必ず受けてほしい 「プロフェッショナルケア」

日本人の死亡原因は、1位がガン、2位が心疾患、そして3位が肺炎です



実は肺炎での死亡者の9割以上は65歳以上であり、さらには高齢者の肺炎の7割以上は「誤嚥性肺炎」です。

高齢者は飲み込む力や咳き込む力が弱くなるため、誤ってだ液や食べ物などが気管に入ることがあります。その時、肺炎を引き起こす口腔内の細菌も一緒に肺に入り、誤嚥性肺炎を引き起こすのです。

そこで大切になるのが、口腔ケアをしっかりと行って、細菌をできるだけ減らすこと。老人ホームで歯科医師や歯科衛生士による口腔ケアを積極的に行ったところ、肺炎の発症数が4割減り、肺炎による死亡にいたっては半分に減ったという調査報告もあります。

より丁寧なセルフケア

口腔ケアの基本は、まずはご家庭でのセルフケアです。まず一度、歯科医院で「歯磨き指導」を受けてみてください。今のケア方法が十分かつ適切かどうかや、ブラッシング方法や歯間ブラシ、フロスの利用などについて改めて確認することで、より清潔で安全なお口の環境を実現できます

プロフェッショナルケアも必要です

そして、もう一つ重要なのは、歯科医師や歯科衛生士によるプロフェッショナルケアを受けていただくこと。細菌の膜であるバイオフィルムや、細菌の温床となる歯石は、どんなに丁寧にセルフケアをしてもできてしまい、歯科でしか除去できません。外出が困難な方も、訪問歯科などを活用して積極的にプロのケアを受けてください。

Message

年末年始休診のお知らせ

12月30日～1月3日 休診

- *2017年は、12月29日(金) 17:00(最終受付16:30)まで
- *2018年は、1月4日(木)から通常診療(木曜日ですが通常通り 18:30(最終受付18:00)まで)となっております



当院のホームページでは随時ブログ更新をしており、お口や健康についての情報を発信しておりますので是非ご覧ください♪ 臨時休診日なども掲載しております

名張市
かめい歯科クリニック

検索

