

## かめい歯科通信



こんにちは。院長の亀井です。  
この度は、私の生まれ育った地元である赤目口で開院する事になりました。当院では「痛くない」「お待たせしない」「高い治療」を心掛けています。小さなお子様から大人の方、歯医者に苦手意識をお持ちの方も安心してご来院下さい。不安や痛みを抱えながら来院される患者様に少しでも安心して頂けるようコミュニケーションを大切にしたい歯科医院作りを目指します。地域の皆様と末永くお付き合いが出来るようスタッフ一同努力して参ります。皆様のご来院を心よりお待ちしております。

ただの食べかすだと思って  
いませんか？  
むし歯・歯周病から肺炎や命の危険まで！  
プラークが引き起こすこわ～い病気

歯磨きの前に、歯の表面を爪の先で軽くこすってみて下さい。そうしてとれた白いネバネバ、これが「プラーク」です。「歯垢(しこう)」とも呼ばれ、こちらの方が馴染み深い方もいらっしゃるかもしれませんがね。このプラーク、ただの食べかすかと思いきや実は大量に繁殖した細菌の塊です。その数なんと、1mgに10億個！先ほど爪先にとれたプラークの中には、数10億の細菌が生息していることとなります。そしてこの細菌が、実はさまざまな病気の原因になっています。

## ◎歯を溶かす・・・骨を溶かす・・・

口腔内の細菌が引き起こす病気で代表的なのが、皆さんもご存知の「むし歯」と「歯周病」。細菌が作り出す酸が歯の表面を溶かすのがむし歯。歯と歯ぐきの隙間に細菌が入り込み、歯ぐきを炎症させ、最後には歯を支える骨まで溶かしてしまうのが歯周病です。

## ◎お年寄りには要注意

また、この号のドライマウスの解説にもあるように、細菌が誤って肺に入ってしまうと、「誤嚥性肺炎(ごえんはいえん)」を引き起こす事があります。体力のないお年寄りの場合には生死に関わることもありますので、十分な注意が必要です。

## ◎細菌が口の血管から全身へ

さらに、歯周病になると歯ぐきが炎症を起こして出血する可能性が非常に高まります。実は、出血した血管から細菌が入り込むことによって全身に深刻な影響を及ぼすことがあります。糖尿病の悪化、狭心症、心筋梗塞、脳梗塞、早産、低体重児出産など・・・、思いもよらない症状と関係しているのです。

## ◎細菌が繁殖する前に

「1日3回歯磨きを」とよくいわれます。細菌が繁殖するにはおよそ8時間。1日3回しっかり磨いていれば、大量に細菌が増えてしまうこともありません。お口のケアは体全体を守ることに繋がりますので、改めてしっかり取り組んでみてはいかがでしょうか？



ドライマウスをご存知ですか？

ただのお口の乾きではありません！  
死因No.1の病気との関連も・・・

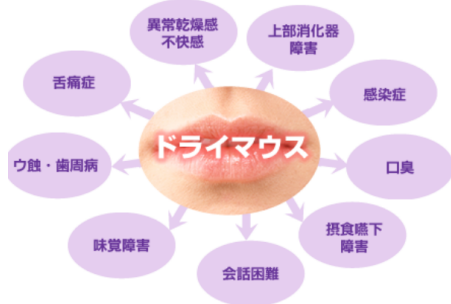
ドライマウスは別名「**口腔乾燥症（こうくうかんそうしょう）**」ともいわれ、唾液が減って口が乾燥する症状をいいます。直接的には口が乾いて不快になる程度ですので「たいしたことない」と思われがちですが、**実はドライマウスにはさまざまな思わぬ危険性が隠されています。**

### ◎細菌が繁殖する！

この号の「プラーク」のお話にもあるように、**細菌はさまざまな病気の原因**となりますが、ここで非常に重要な働きをしているのが「**だ液**」です。だ液はそうした細菌の繁殖を抑えるとともに、むし歯になりかけた歯を修復する役割ももっています。

つまり、**ドライマウス＝だ液が減る、ということ**は、むし歯や歯周病をはじめ、**さまざまな病気のリスクが高まることを意味します。**

また、ドライマウスは口臭の原因にもなりますが、これはだ液が少なくなったため、細菌が繁殖して悪臭を放っているからです。



### ◎死因のNo.1!?高齢者は十分注意を！

だ液がすくなくなると、食べ物をスムーズに飲み込みにくくなります。すると誤って食べ物が気道に入りやすくなり、とても苦しい思いをします（誤嚥といえます）。さらにこの時、口の中で繁殖した細菌と一緒に肺に入り込み、肺炎を起こします。これを「**誤嚥性（ごえんせいはいえん）**」といえます。実は高齢者の直接的な死亡原因のNo.1は肺炎であり、その多くはこの誤嚥性肺炎であるといわれています。

### ◎原因はさまざま・・・

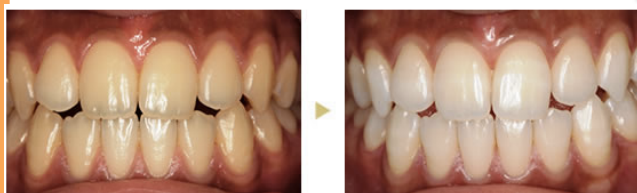
ドライマウスの原因はさまざまです。加齢、薬の副作用、喫煙、ストレス、糖尿病、はたまた難病とされるシェーグレン症候群の場合も・・・。原因を特定して治すのがベストですが、加齢などが原因で対応が難しい場合は、対症療法として「**だ液を出すマッサージをする**」「**ガムを噛む**」「**マウスウォッシュを使う**」などの方法があります。

ドライマウスには色々リスクがあります。「最近お口が乾くなあ・・・」と思ったら、まずは私たちに相談を！！

## お知らせ

### 開院キャンペーン

ホワイトニング 10,000円～



かめい歯科クリニックでホワイトニングをお勧めする理由として、単に見た目をキレイにするだけでなくホワイトニングをすることによって、毎日お口をチェックする習慣ができ、口に関心を持つことができるからです。みなさんにもぜひお勧め致します。

## ご紹介カード

お口のことで悩んでいるご家族・お友達に、このカードを差し上げて下さい。1日でも早い治療が、より痛みの少ない治療につながります。

様

からのご紹介

※来院時、このカードを受付にお渡しください。口腔ケアグッズと交換致します。（初診の方に限ります）

## 歯科衛生士急募

かめい歯科クリニックと一緒に働きませんか？

お問い合わせは **0595-64-3155**  
こちらから

