



地域一番の歯科医院を目指しています。

51号

山本歯科医院通信～「おだいじに」～

この「おだいじに」では最新の歯科の話題や、皆さんが普段疑問を持たれている事柄等についての情報を提供したいと思っております。こんなこと聞いてみたい、あれってどうなんだろう？そんなことがあればどんどんリクエストしてください

2011年9月号



しみる！知覚過敏。どう治したら？？



エナメル質

からだのなかでいちばん硬い部分。歯の表面を覆って、冷たい、熱いなどの刺激が内部に入り込まないように守っている。このエナメル質がすり減ったり、欠けたりしてなくなってしまうと、内側にある象牙質が露出するため「しみる」と感じるようになる。

原因は？

- ①歯ぎしりや噛みしめで歯にヒビが入った。
- ②歯ぎしりで歯がすり減った。
- ③ゴシゴシ歯みがきでエナメル質を削った。
- ④歯周病で歯ぐきが下がった。
- ⑤歯ブラシが硬すぎた。
- ⑥すっぱい飲食物で酸蝕症に。
- ⑦歯みがきをしすぎた。
- ⑧ホワイトニングをしすぎた。

象牙細管

象牙質のなかを放射状に走っている細い管。象牙質がむき出しになった歯にさまざまな刺激が加わると、無数にある象牙細管を通じて、その刺激は神経に伝わり、キーンとする痛みとなってしまいます。冷たいものがしみるという人は多いが、さらには熱いもの、甘いもの、酸っぱいものなどの刺激も痛みとなっていく。

象牙質

通常は、外側を取り巻く硬いエナメル質に守られている。しかし、ひとたびエナメル質が失われて象牙質が露出すると、歯の外部の刺激は、象牙質の象牙細管を通して神経に直接伝わってしまう。最初は軽い症状でも、慢性化したり、痛みが強くなることもあるので要注意！

治療方法は？

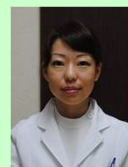
しみる症状の強さによって①から順に選択します。

- ①冷たいものなどの刺激を避け、安静にしておく。
- ②歯科医院で知覚過敏用の薬剤を塗布してコーティングする。
- ③レジン(プラスチック)を詰めて、しみる所を覆ってしまう。
- ④しみる→痛くなってしまった場合は歯の中の「神経」を取ります。

予防方法は？

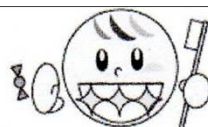
フッ素配合知覚過敏用歯みがき剤が有効な場合もあります。

今回の裏面の担当はと水谷幸恵(左)と井上香里(右)です。彼女たちスタッフも皆頑張っています。



山本歯科医院 tel 0587-33-0570 fax 0587-33-0571





虫歯予防は歯磨きの他にも食事コントロールも大切です。
なぜ大切なのでしょう…？

食事をとると口腔内は急激に酸性になります。だいたい pH5.4 以下になると歯が溶けはじめると言われていいますので、食事をとった後しばらくの間、口腔内は酸で歯が溶けている状態ということになります。

しかし唾液には口腔内をアルカリ性へと引き戻す性質があり、溶けはじめた歯の表面を再石灰化する力も持ち合わせています。

よって、常に間食をとっている状態では、口腔内が酸性になる時間も長くなり、その時間が長くなれば虫歯にもなりやすく、進行も早くなります。

食事コントロール

- 1) 朝・昼・夜と規則正しく食事をとる
- 2) 間食をする際はだらだら時間をとらず、短時間で1度に済ませる
- 3) 食後30分以内の歯磨きを心がける。

食事コントロールの大切さが少しわかっていただけましたか？

水谷

はじめまして！

6月の中旬から働かせていただいている、歯科助手の井上香里です。

まだまだ勉強中の身ではありますが、受付も

治療補助も、丁寧かつスムーズを目標に頑張りますので、どうぞよろしくお願いいたします。

