



# たかなし歯科新聞

☎ 0120-7474-68

TEL 045-953-8100

[鶴ヶ峰駅北口徒歩5分] ◎診療時間:月▶12時~20時 / 火~土▶9時~20時 / 日▶9時~17時 ◎休診日:祝日・水



## 小児の治療と予防

### 乳歯でも治療が必要なワケ

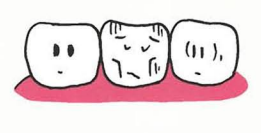
乳歯のむし歯を「乳歯はそのうち生え代わるから…」と置いておくと、次に生えてくる永久歯にも様々な影響がでることがあります。

### 歯並び



乳歯が重度のむし歯になり抜く事になると、隣の歯が移動して永久歯が生えるスペースが確保できません。

### 永久歯



乳歯の下にある永久歯の表面が弱くなったり、生えてきた永久歯がむし歯になるリスクが高くなります。

### 顎の発達



歯の痛みで十分に噛めなかったり、顎の発達が不十分になるなどの影響もあります。

むし歯にならないよう毎日の歯磨きでお口の中を清潔に保つこと、定期的な健診を受けること、むし歯になったらきちんと治療することが大切です。乳歯から永久歯への生え代わり時期の歯並びのチェックも大切です。

## むし歯になるメカニズム

毎日しっかり歯みがきしてのに「なぜかむし歯になってしまう」という方がいます。では、なぜしっかり歯みがきしてもむし歯ができるのでしょうか？



磨き残り



むし歯菌が食物中の糖を取り込み酸を出す



むし歯菌が出した酸が歯のエナメル質を溶かしはじめる



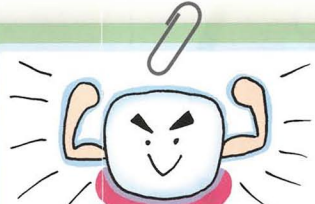
歯が溶けてむし歯となり痛みが出る。

定期的に歯科医院でハミガキチェックすることで、磨き残しをなくし、健康な歯の状態を保つことが大切です。



### サハライド塗布

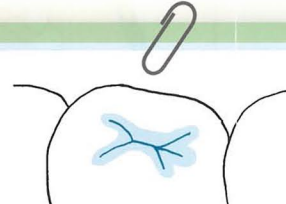
サハライドはフッ化ジアンミン銀の溶液で硝酸銀の殺菌作用とフッ素のむし歯抑制作用があります。薬の沈着によって初期の軽いむし歯の進行が抑制されますが、むし歯の部分が黒くなります。小さなお子さんで治療が困難な場合に行い、治療ができる時期がきたら通常のむし歯治療を行います。



### フッ素塗布

フッ素塗布とは比較的高濃度のフッ素を歯に直接塗布することによってむし歯を予防する方法です。フッ素を塗布すると、次のような効果があります。

- ◎歯質を強くする
- ◎むし歯菌の活動を抑制する
- ◎歯の再石灰化を促進
- ◎しっかりフッ素を行う為に2,000円かかります



### シーラント

シーラントとは、奥歯の溝の部分に専用の樹脂を埋め込んで、その部分のむし歯を予防する方法です。特に生えて間もない永久歯はまだ歯質が弱く、むし歯になりやすいため効果的です。シーラントはあくまでも予防処置です。シーラントをしたからといってむし歯にならないわけではありません。はずれたり、割れたりする事もあります。定期健診とセットで行いましょう。

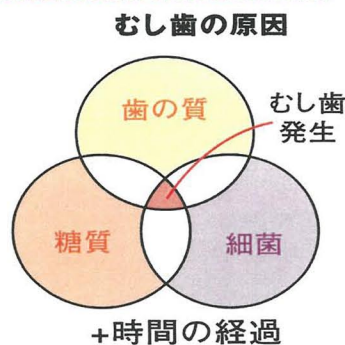
## むし歯予防の基礎知識

# むし歯はなぜできる どうやって予防する

毎日歯磨きしてのにどうしてむし歯になったの。それは、正しい歯磨きができていないことや食生活にも問題があるかもしれません。

### むし歯のメカニズム

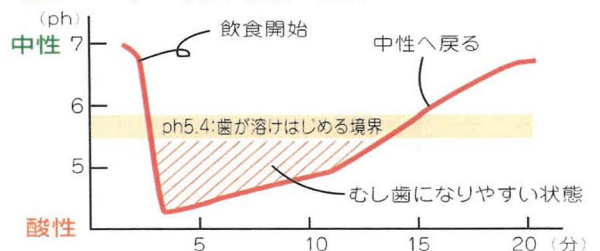
むし歯は3つの要素「歯の質」「糖質」「細菌」が重なった状態が長くなるほどむし歯になりやすく、逆に、この状態を短くすることがむし歯予防につながるといえます。毎日の歯磨きや歯科医院でのケアでむし歯菌を除去することも大事ですが、食事の取り方も注意が必要です。



## 食事やおやつの回数に注意

下のグラフはお口の中の中性と酸性の変化をあらわしたものです。お口の中は普段は中性に保たれていますが、食事することで酸性になり、むし歯になりやすい状態になります。その後、唾液の働きで30分くらい経つと中性に戻ります。食事の時間が長かったり、間食が多いと酸性になる時間が増え、むし歯になりやすい状態も増えることとなります。

■お口の中の中性・酸性の推移



むし歯菌は糖が大好き。食物中の糖を取り込み酸を出し歯が溶かされます。糖分は甘いお菓子だけでなく、ジュースや果物にも含まれるので注意しましょう。むし歯予防には、食事の時間や回数に気を付け、何も食べていない時間をつくることも大切です。間食には気を付けましょう。