

私たちの歯科医院は、昭和60年に中越地区では初めての子供専門の歯科医院として開業し、28年が経過しました。この間、病院の診療内容や対象となる患者さん、またスタッフも大きく変わりました。小児のむし歯の治療から予防、また、歯並びの予防に積極的に取り組み、平成11年からは、家族単位の予防ということで、成人の患者さんも多く来院するようになりました。そこで歯科衛生士担当制を取り入れ、さらに大学の専門の先生方と協力して治療を行うようになりました。

目次

マイクロ スコープ	1
メンテナンス の重要性	2-3
子供の歯磨き	4

マイクロスコープ（手術用顕微鏡）

今年マイクロスコープを導入しました。

院長 高橋喜一

自由診療で行うような高度な治療においてはミクロン単位の正確さが要求されます。そのような時、マイクロスコープ（手術用顕微鏡）を使用し、肉眼の3～20倍に拡大した視野で治療を行うことで、より正確な治療が可能になり、治療のレベルを格段に向上させることができます。



◆マイクロスコープを用いた精密根管治療

根の中の治療は、マイクロスコープが最も必要とされる治療の一つです。歯の中にある根管は、非常に複雑で細かい形態をしているにもかかわらず、従来は“手探り”で手指の感覚だけを頼りに治療を行ってきました。しかし、マイクロスコープを使用することにより、歯の内部を拡大視し、直接根管内を見ながら正確に治療を行うことが可能となるため、従来では考えられないような細部の治療も可能となります。

◆マイクロスコープを用いた精密なむし歯治療

むし歯の患部を高倍率で直接見ながら治療を行うことによって、むし歯になった悪い所のみを削り取ることが可能になり、削る量を最小限に抑えることができるようになります。また、目では確認できないようなわずかな段差（ギャップ）も見逃すことなく、より正確な充填（詰め物）を行うことが可能となります。

◆マイクロスコープを用いた精密審美治療

審美歯科治療では、美しさと共に「生体に親和した機能」を得ることが必要となるため、あらゆるステップにおいて、非常に高い精度が要求されます。通常、適切な審美歯科治療を達成するには、30～40ミクロンという非常に高いレベルの精度を必要とします。マイクロスコープによる精密な治療を行うことで、数ミクロン単位の高い精度の治療を行うことが可能となります。



メンテナンスの重要性

歯科衛生士 山崎 栄子

歯周病は歯についた細菌が引き起こす病気です。むし歯同様早めの治療や予防が大切です。今回はそのために必要な『メンテナンス』についてお話ししたいと思います。

❖歯周病にかかっている人は成人の8割もいます!!

歯周病にかかっている人は、日本人成人の8割もいます。初めは痛みなどの自覚症状が無く進行していくので、気づかない人がほとんどです。年齢が増すにつれて重症化していき歯周病にかかっている人の割合は**40～60歳代**でピークを迎えます(図1)。

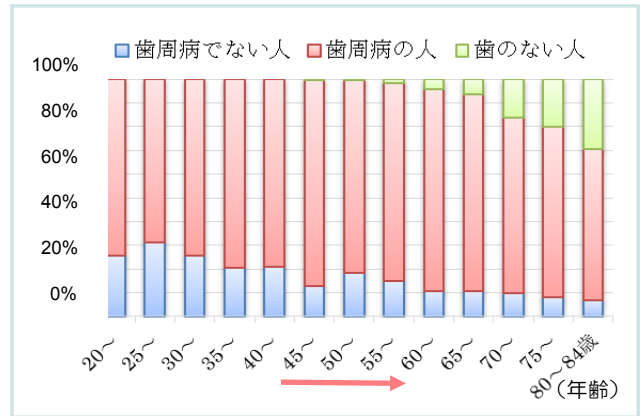


図1 歯周病の罹患率(年齢別)

❖歯を失う原因の第1位は歯周病です!!

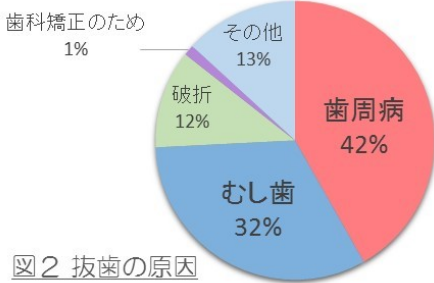


図2 抜歯の原因

歯を失うもっとも大きな原因は、歯周病(42%)です。次がむし歯(32%)で、その他(13%)、破折(歯が折れること、12%)、矯正歯科治療のため(1%)の順に続きます(図2)。その他には親知らずの抜歯などが含まれます。

「歯周病」と「むし歯」は歯を失う2大原因と言われています。

❖歯周病は30歳代から50歳代かけてに増加します!!

歯を失う原因を年齢階級別にみますと、**歯周病**で歯を失う割合は**30歳代～50歳代**にかけて徐々に増加し、それ以降は各年代の50～60%台で推移します。**むし歯**で歯を失う割合は30歳前後(52%)までは年齢とともに増加し、それ以降50歳代まで減少し、その後は各年代の20～30%となります(図3)。このことから、比較的若い年代では**むし歯**で歯を失う人が多く、中高年では**歯周病**で歯を失うに割合が高いことがわかります。

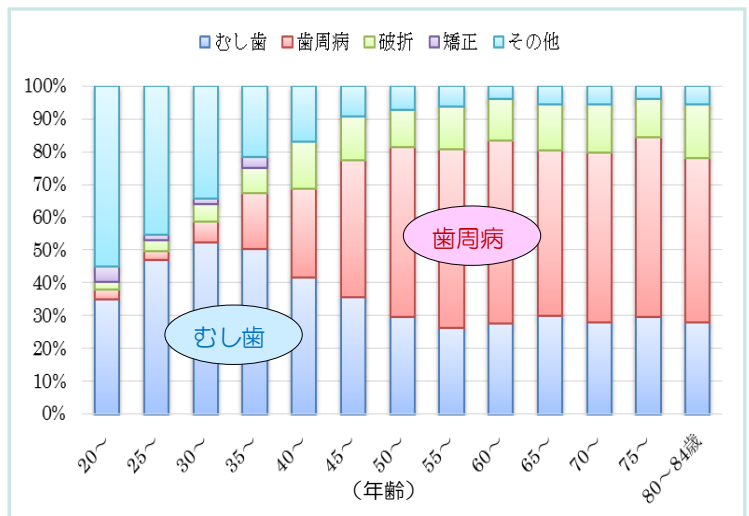


図3 抜歯の原因(年齢別)

❖ 歯周病は予防が可能な病気です!!

歯周病には「歯肉炎」と「歯周炎」の2段階があります。炎症が歯肉にとどまっている段階が「歯肉炎」です。歯肉が赤く腫れ、歯ブラシなどで出血しますが、口腔衛生状態を改善すると元の健康な状態に戻ります。しかし、重症化して、炎症が歯を支えている歯槽骨まで及ぶと、骨などを溶かしてしまいます(図4)。この状態が「歯周炎」です。一度溶かされると、組織はもう元には戻りませんが、予防可能な歯肉炎のうちに対処すれば防げる病気です。

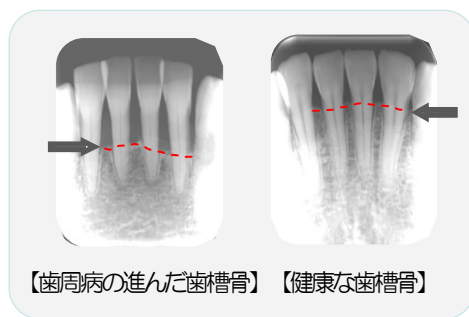


図4 歯槽骨の比較

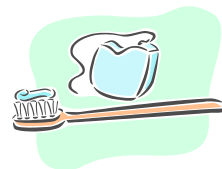
❖ 歯周病の予防には『メンテナンス』が大切です!!

歯周病を予防するためには『プラークコントロール』と『定期的なメンテナンス(定期検診)』が必要です。どちらか一方でも欠けたり、不十分だったりすると、歯の健康の維持は難しくなります。『プラークコントロール』とは口の中のプラーク(歯垢)を減らすことです。プラークはただの食べカスではなく、実は細菌の塊です。この細菌の産生する毒素が歯周病の発生や進行に非常に大きく関わってきます。

『メンテナンス』とは、歯科医院でお口のケアをすることです。むし歯や歯周病を予防するためには毎日の歯磨きが最も重要なのですが、それだけでは十分でないこともあります。例えば、歯石はいくら頑張っても自分で取ることは出来ませんし、部分的に歯磨きが上手に出来ていなかったりすることで、自分では見つけられない場所にむし歯が出来てしまうこともあります。

特に歯周病を予防するためには、自分で行うプラークコントロール(セルフケア)には限界があるので、専門家の行うプラークコントロール(プロフェッショナルケア)が必要になります。

それを行うのが歯科医院での『メンテナンス』です。



❖ 歯周病の再発を防ぐためにも『メンテナンス』を!!

歯周病の治療が終われば、それ以後は何もしなくても良いというわけではありません。一度歯周病になってしまった場合は、再発する可能性が高くなります。それを防ぐためにも歯周病の治療後の定期的なメンテナンスが重要になります。

特に歯周外科治療を行った場合には、定期的なメンテナンスを行わないと逆に歯周病が悪化するという研究報告もあります(図5)。

	改善	変化なし	わずかに悪化	悪化
メンテナンスあり	17%	72%	10%	1%
メンテナンスなし	1%	10%	34%	55%

図5 研究報告

むし歯が出来たり、痛かったりなど何かあった時だけ歯科医院を受診すると、治療の繰り返しになってしまいます。定期的にメンテナンスを受ける事で、お口の健康を10年20年と変わらず維持することができます。

そのためには、**年2~3回のメンテナンスが必要不可欠です。**



子供の歯磨き

歯科衛生士 青柳 恵里沙

子供の口の中は、歯の生え変わりなど日々変化しています。今回は、子供の口の中の変化に合わせた歯磨きについて紹介したいと思います。

【幼児期】

＜生後6カ月頃＞

乳歯（子供の歯）が生え始めます。歯が生えてきたら、最初はガーゼ等で拭き、徐々に歯ブラシへと変え、歯ブラシに慣らしていきましょう。磨く際は、保護者の膝の上に子供の頭を乗せ、上から覗き込むようにして寝かせ磨きを行って下さい。この時、嫌がる子供に対して無理に磨かないようにすることが大切です。また、上手に磨く事が出来た時は、褒めてあげましょう。保護者が、余裕をもって歯磨きを行い、楽しく歯磨きの習慣をつけていきましょう。

＜2歳半から3歳頃＞

乳歯が上下合わせて20本生えそろいます。この時期になったら、子供自身にも歯ブラシを持たせ、自分でも歯磨きを行う習慣をつけていきましょう。また、子供が磨いた後には、必ず保護者が仕上げ磨きを行うようにしましょう。



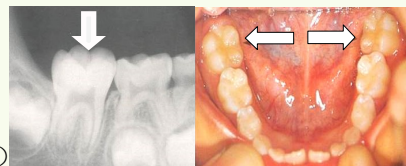
【学童期】

＜小学校の低学年＞

6歳頃になると、永久歯（大人の歯）が生え始めます。生えてきたばかりの歯は、歯の質が弱く、むし歯になりやすいので注意が必要です。この時期、特に大切なのが6歳臼歯です。

6歳臼歯ってどんな歯？

6歳臼歯は、乳歯が生え変わるのではなく、乳歯の後ろに生え加わる永久歯です(図1)。永久歯の中でも一番大きく、咬む力も強く、歯並びや咬み合わせの中心となる大切な歯です。



(図1)

生えてくる途中の6歳臼歯は、乳歯よりも一段背が低いため歯ブラシを真っ直ぐ前から入れただけでは十分に磨く事が出来ません(図2)。生えてくる途中の6歳臼歯を磨く際は、頬を引っ張って横から歯ブラシを当てる「突っ込み磨き」を行うようにしましょう(図3)。



(図2)



(図3)

＜小学校の中学年＞

9歳頃になると、永久歯の前歯が4本生えそろい、奥歯が生え変わってきます。この時期は、特に6歳臼歯、永久歯の前歯をしっかり磨くようにしましょう。また、歯と歯の間の清掃には糸ようじ（フロス）を使用し、むし歯・歯肉炎予防を心がけましょう。

＜小学校の高学年＞

12歳頃になると、乳歯と永久歯の交換も終わり、6歳臼歯の後ろから12歳臼歯が生え始め、永久歯が生えそろいます。この時期は、生えてきたばかりの12歳臼歯をしっかり磨く事、むし歯・歯肉炎の予防のため、フロスも使用して自分でしっかり歯磨きを行う習慣を身につけるようにしましょう。



子供の口の中の変化を知る為にも、高学年頃になっても出来るだけ保護者が仕上げ磨きを行うようお願いいたします。

健康なお口を作り、保つために、頑張りましょう!!