



歯びねす通心

2013年2月号

しんデンタルクリニック TEL.052-551-2221

名古屋市西区幅下1-13-18

しんデンタル

検索

- p.1 ご挨拶とお知らせ
- p.2 クリニック News
- p.3 知っておきたい歯の基礎知識
- p.4 矯正治療を知ろう!
- p.5 歯とお口の健康Q&A
- p.6 スタッフコラム



しんデンタルクリニック院長の
舟橋伸也です。
いつもありがとうございます!

2月と言えば…『**バレンタインデー**』ですね!
甘い思い出、ほろ苦い思い出、いろいろな思い出
がある方も多いイベントではありませんか?

私もバレンタインデーはいろいろな思い出があり
ます。ただ、**おかしなことにその思い出のほとん
どが小中学生のころに限定されている**んです(笑)

自分で言うのもおかしい話かもしれませんが、小
中学生の僕は毎年10個以上、多い年には15個
以上のチョコレートをもらうモチ男くんでした。

同級生はもちろんのこと、年上のお姉さんから年
下の女の子まで、**今考えても思わずニヤけてしま
う**量のチョコレートをもらっていました。

小中学生当時の僕には、バレンタインが1年で1
番楽しみな日だったかもしれません(笑)

でも、一度としてホワイトデーのお返しをするこ
とができませんでした…なんだか照れくさかった
からですが、**今でもすごく後悔**しています。

そんなことがアダになったのか、**人生最大のモチ
期**もそう長いこと続かず…中学生をピークに、高
校生になると激減、大学生になるとほぼ皆無に…

気がついてみると**本命チョコはもうだいぶ長いこ
と手にしていない**気がします(まあ、妻は別とし
まして…)

そんな僕の今年のバレンタインデーは、『**娘からの
本命チョコ**』がもらえるかどうか、本当に**ドキド
キのバレンタインデー**です!

幼稚園に通うようになり、バレンタインデーとい
う文化を覚えてくるでしょうから、14日は**パパ
への本命チョコにワクワク**しています!

僕が**大喜び**したのか、それとも**撃沈**したのか、そ
の結果は!?興味があれば聞いてください(笑)

クリニックのブログもぜひご覧ください!

《ブログのアクセス方法》

パソコン・スマートフォン
で見るとは・・・

当院のホームページ
からご覧ください。



携帯電話で見るとは・・・

QRコード

をご利用ください。



ブログ用QRコード



無料メールマガジン『歯ぴねす Kids』 会員募集をスタートします！

この3月に当院は開院5周年を迎えます！

多くの患者さんに励ましとご支援をいただき、
無事にクリニックを運営することができています。
本当にありがとうございます！

5周年記念企画の第一弾として、

無料メールマガジン『歯ぴねす Kids』 をスタートします！

このメールマガジンでは・・・

- ① **お子さんの歯とお口の健康を守るための情報をお届けします！**
お父さん・お母さんはもちろん、おじいちゃん・おばあちゃんにも
ぜひ知っておいてほしい、お子さんの歯とお口の健康を守る豆知識を
定期的にお届けします。
- ② **子育て情報をお届けします！**
子育て真っ只中の院長、スタッフと一緒に子育て情報をシェアしましょう！
- ③ **定期健診・フッ素の時期にお知らせメール**
つい忘れてしまいがちな定期健診・フッ素塗布をメールでお知らせします！
- ④ **会員様限定イベントも企画中！**
楽しいイベント、お得なイベントなど、いろいろ考えています！

ご登録をお待ちしております！

<登録方法>



- ☆ **携帯電話の方** → 左のQRコードから登録できます！
- ☆ **パソコンの方** → <http://goo.gl/hRzsJ> より登録できます！
- ☆ **クリニックで** → スタッフにお声掛けください。
院内のパソコンですぐに登録できます！



メルマガ用QRコード



前回まで、歯周病という病気や症状、原因、そして根本的な原因となるプラークをコントロールするための歯みがきについてお話してきました。

歯周病を治療するには時間もかかり、症状が進行すると最悪の場合は治療の甲斐なく歯が抜けてしまうこともあります。

ですから、歯周病はとにかく予防が大切になることはご理解いただけたと思いますが、それでも日本人の多くが歯周病になってしまうのが現状です。

もし残念ながら歯周病になってしまった場合はどのような治療を行っていくのか？今回は、**歯周病の治療法**についてお話ししたいと思います。

ひと言で歯周病と言っても、症状や原因はお1人ごとに異なりますので、治療の前に検査をして、適した治療法で治療していくことになります。

たくさんの治療法はありますが、今回は代表的な治療法を2つご紹介します。

● プラークコントロール



ここまでにお話したことの繰り返しにはなりますが大事なことなので再確認しておきましょう。歯周病対策の基本は『**プラークコントロール**』です。

これは、歯周病の原因となる『**歯周病菌＝プラーク**』の増殖を抑えることに重点を置いた予防・治療法で、『**正しい歯みがき**』が基本となります。

● スケーリング&ルートプレーニング

プラーク（歯垢）は毎日の歯みがきで取り除くことが可能ですが、実際には歯みがきだけで完全に取り除くのはとても難しいことでもあります。

歯みがきの仕方にも問題があることも確かです。

しかしながら、私たち歯科医院で働くプロであっても、歯みがきだけでプラークを完全に除去することが困難であるのもまた事実です。

歯垢（プラーク）は、時間が経てば歯磨きでは取り除くことができない『歯石』になります。

歯石は歯周病菌の格好の住み家となるため、早めに取り除いてあげないと、どんどん歯周病が進行してしまうことになってしまいます。

また歯周病になってしまうと歯周ポケットが深くなり、歯周ポケットに溜まったプラークや歯石は歯みがきでは取り除く事が難しくなります。

これも歯周病の症状が進行する原因になります。

そこで、『**プラーク**』『**歯石**』を歯医者さんで除去して、**再び付着しづらくする治療法**が『**スケーリング&ルートプレーニング**』です。

歯みがきでは取り除けない歯石はもちろん、取り除けていないプラークを歯医者さんで除去することによって、症状が改善されていきます。

炎症が治まっていくのはもちろんのこと、歯周ポケットの深さも浅くなるので、歯周病の進行を抑えて症状の改善が期待できるのです。

ただし、食事をすれば歯や歯の周りにプラークはまた付着しますので、スケーリング&ルートプレーニング後でも**毎日の歯みがきは大切**です。

歯周病治療は、歯医者さんでする治療だけでなく、ご自身も積極的に治療に参加して、**患者さんと歯医者さんが二人三脚で取り組むことが大切**です！

矯正治療についてみんなが知りたいこと

矯正治療を始める良い時期は？

矯正治療について、「**何歳ぐらいから始めるといいですか？**」とよく質問されます。今回は、治療時期について考えてみたいと思います。

● ひとりひとりに合ったタイミングがあります

結論から言うと、矯正治療を始めるベストな時期には『個人差』があり、何歳からと断定するのはとても難しいことです。

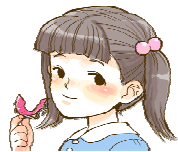
不正咬合（悪いかみ合わせや歯並び）の状態によって、**ひとりひとりに合ったタイミングを見つける必要がある**からです。

実際に、矯正治療は何歳からでも始めることができる治療です。

しかしながら、より効果的な結果を得るためには、「**幼児期から定期的に観察していくこと**」が理想的だと言えるでしょう。

なぜなら、歯並びや口元、かみ合わせの問題は、歯の土台となる**あごの形や大きさと切っても切れない関係にある**からです。

● 早期治療と本格矯正治療



ひと言で矯正治療と言っていますが、治療の時期と内容で『**早期治療**』と『**本格治療**』とに分類して考えることができます。

早期治療は、乳歯の時期（乳歯列期）や、乳歯と永久歯が混在する時期（混合歯列期）に、**あごの成長を見ながら改善を行う治療**です。

子どもの成長は早いので、**悪い状態をそのままにしておく**と**どんどん悪くなる**心配があり、この時期の適切な治療は大切です。

早い時期に問題点を見つけて、『良い方向に誘導していくこと』が早期治療の目的です。

本格治療は、大人の骨格としてあごの成長がある程度予測できたところで、**永久歯の良いかみ合わせと歯並びを得るために取り組む治療**です。

本格治療では、**矯正装置を使って**治療を行います。

● 相談だけでも早いうちに！



歯並び自体は大人になってからでも治すことはできますが、**あごの骨のコントロールは成長期のほうがずっと容易**に取り組むことができます。

例えば、歯のデコボコを治す場合です。

一見あごの形とは何の関係もなく思えますが、実はあごが小さいために歯がきちんと並ぶスペースが確保できないことが原因だったりします。

矯正治療の中で歯を抜く場合があるということをご存知の方も多いと思いますが、このようにスペースを確保するための抜歯はよくあるケースです。

こういう場合、早期治療であごの成長を促すことで、結果的に歯を抜かずに済んだというケースは、早期治療の成果のひとつと言えるでしょう。

もしお子さんの歯並びや口元が気になる場合、単に美しさだけでなく、歯とあごのバランスから考えた早期治療もあることを知っておいてください。

このようなことまで総合的に考えると、治療のタイミングはそれぞれですが、**治療の相談だけは早めにする**ことがベストと言えます。

気になったときには、早めにご相談くださいね。

歯とお口のちょっとした疑問にお答えします！

歯とお口の健康Q&A



Q. 「歯が抜けたままって問題ありますか？」

むし歯や歯周病の進行、あるいは外傷（ケガ）などでやむを得ず歯を失ってしまった場合、**その後きちんと治療を完了してください。**

くれぐれも放置しておいてはいけません。

- 「抜いたのは奥歯で目立たない」
- 「1本ぐらい歯がなくても不便は感じない」
- 「1本ぐらい歯がなくても問題ないでしょ？」

などと、抜歯をしたまま放置していると・・・

- ・ 食べ物が**上手にかめない**
- ・ 両隣の歯が傾いたり、かみ合っていた向かいの歯が伸びたりして**かみ合わせが狂う**
- ・ **発音がしづらくなる**
- ・ 歯と歯の間のすき間が広がって**食べ物が詰まりやすくなる**
- ・ 歯みがきがしにくくなり、**むし歯や歯周病のリスクが高まる**

など、さまざまな**弊害**が起こります。



永久歯は親知らずを除いて上下のあごのそれぞれに14本ずつあります。

歯やお口は、上下14本ずつある上あごの歯と下あごの歯がうまくかみ合うことで、機能をきちんと果たしてくれています。

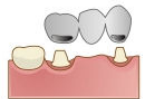
「別に1本ぐらいどうってことないでしょ？」と思っていた方もいるかも知れませんが、その考えは今日から変えてください。

失った歯はきちんと治療しましょう！

● 歯を失ってしまった場合の治療法

失った歯を補う治療法は、主に次の3つが考えられます。

◎ **ブリッジ**



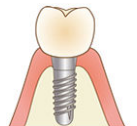
失った歯の両隣の歯を支えにして、連なった人工の歯を橋を架けるように被せる治療。支えにするために、失った歯の両隣の歯を削る必要がある。

◎ **入れ歯**



義歯を失った歯の隣にバネや留め具をかけたり、歯や歯ぐきに被せたりして固定する方法。

◎ **インプラント**



歯を失ってしまった部分の顎の骨に人工歯根（インプラント）を埋め込み、それを土台として人工歯を取り付ける方法。

この3つの治療法には、それぞれ**メリット・デメリット**があります。

お口の状態や生活スタイル、治療に対するご希望を歯科医師と一緒によく話し合うことが大切です。

それぞれの治療法をしっかりと検討した上で、**ご自身にとってより良いと思われる選択**をして欲しいと思います。

スタッフコラム
『初めてのバレンタイン』



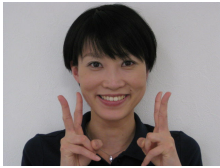
武川 加歩

初めてチョコを渡した思い出・・・
正直覚えてないです 🤔
覚えている中では
小学3年生ですが、
特に何もありませんでした（笑）
バレンタインは
友達とお菓子を交換している
ほうが楽しいと思ってしまう
色気のない生活です 😞



敦賀 吉美

小学校4年生の時に、
転校生の山田くん
初チョコを渡しました 🎵
バレンタインデーの前日に
お友達のおうちで女の子4人で
ドキドキしながら手作りの
覚えています。
手作りと言ってもチョコレートを
溶かして型に入れて固めるだけ
だったんですけどね（笑）
当日机の引き出しに入れておいた
のですが、ちゃんと「ありがとう」
ととびっきりの笑顔で
言ってくれました ✨
私の初恋です 😊



加藤 淳子

初めてチョコを渡した思い出。。
小学校1年生のときに
同じクラスの男子のお家に
渡しに行ったのが
確か初めてだったと思います。
隣のお家のお姉さんも
その子の近くに住んでいる子に
渡すということで、一緒に
手紙を書いて渡しました。
あんなに緊張することは
最近全然ないですね（笑）
ちゃんとホワイトデーのお返しも
もらいましたよ。その後その子は
転校してしまいましたけど。
でもそれから何年後かに、
スキー場で会いました！
今は何しているのかなあ。



浅田 純里

初めてチョコを渡したのは
高校生のときにつきあっていた
彼にあげました 💕
友達にいっぱい相談して、
可愛くラッピングした生チョコと
手紙を渡しました。
今年のバレンタインは、
甘いものが苦手な彼のために
少しリッチな手料理を作ろうかな 💕
と思っています
喜んでくれるといいな～(>_<) 💕

浅田さんが1月からしんデンタルクリニックの
メンバーに加わりました。
皆さん、どうぞよろしくお願ひします！

しんデンタルクリニック

名古屋市西区幅下1丁目13-18 αビル1F

TEL 052-551-2221

しんデンタル 検索

しんデンタルクリニック TEL 052-551-2221 <http://www.sidental.com/>