

メインテナンスに行こう！

Vol. **22**
Medical life advice

オーラルケアステーション永田歯科
永田 真一（歯科医師）

～＜予防＞の重要性～

単純な、小さなむし歯の治療は数回で終わりますが、歯の神経を取るほどのむし歯（C3以上）の場合、歯の中をきれいにする→密封する→土台を作る→形を整える→歯型を取る→作製した人工物の歯をかぶせる、といった一連の工程により終了するのでそれなりの期日が必要です。根尖病巣があったときは、最初の、歯の中をきれいにする過程が数カ月に及ぶことも少なくありません。



メインテナンス後①

歯周病の場合、原因が歯に蓄積した細菌叢のため徹底的に当該歯に付着した歯石やプラーク等を除去し歯肉の再生を待ちます（約2週間）。これを多数歯に行い、再検査をして不十分なら簡単な外科処置に移ります。さらに歯肉の再生を待ち再々検査をする、といった流れになりますので、年単位の期間が必要です。

このような過程を経て、気力と根性で見事に治療を終えた患者さんには花束を添えて拍手を送りたいのですが、実はここが新しいスタートラインです。

むし歯にせよ、歯周病にせよ原因は分かっています。つまり、同じ生活を続けていたらまた同じ疾病を繰り返す可能性が高い、と思ってください。プラークコントロールという言葉を知っていると思いますが、実際ちゃんと歯を磨いていても歯科医院でチェックすると磨き残しが見つかります。もちろん個人差はありますので、歯科医院でメインテナンスしましょう。

むし歯になりやすい方には、むし歯になりやす

い場所（前歯や上右奥歯など）、部位（歯と歯の境目や歯肉に近いところなど）により有効な清掃道具を使い分けるなどのアドバイスができますし、歯周病のリスクの高い方は、P T C（Professional Tooth Cleaning＝専門家による歯面清掃）などでリスク低下につながります。歯周治療後、定期的なメインテナンスに受診した患者の年平均の歯牙喪失は平均0.1本で、不定期な歯科受診による患者の歯牙喪失は平均0.3本以上と約3倍の値を示した、というデータもあります。義歯の方も、経年的に変化する顎堤との適合状態のチェックや入れ歯の清掃もする必要があります。

ちょっとした意識改革で口腔内の状況はかなり改善されます。さあ、かかりつけの歯医者さんにメインテナンスに行きましょう。症状やリスクによって差はありますが、忙しい仕事や家事、育児の合間に、月1回から半年に1回くらいでも。痛くなってから歯医者に行く時代ではありません。痛くならないための＜予防＞です。

あなたは1年に何回美容室に行きますか？
1回につき、いくら支払いますか？



メインテナンス後②



永田 真一

1962年生まれ。
鹿児島大学歯学部卒業
オーラルケアステーション
永田歯科院長

オーラル ケア ステーション
Oral Care Station 永田歯科

〒892-0828 鹿児島市金生町7-8 鹿児島金生町ビル1F
TEL:099-225-5500 FAX:099-225-5516