

月イチ
連載企画

教えて! 歯医者さん



監修 / 白鳥院長(しらとり歯科)

第6回『今日は虫歯予防デー』

Q 6月4日は「虫歯予防デー」、そこから始まる一週間は「歯の衛生週間」だと聞きました。でも、どうして虫歯になるんですか？ 予防は？

A 虫歯は虫歯菌(主にミュータンス菌)が出す酸によって歯が溶けてしまう病気で、ごく初期の場合には唾液中のカルシウムによって再石灰化し、進行が止まることもあります。それ以外では自然に治ることのない歯の病気で、虫歯の原因はプラーク(歯垢)であることが解明されています。プラークは虫歯菌などが集まってできたベトベトした乳白色の塊で、食べカスではありません。このプラークは歯磨きによって取ることが出来ます。つまり、虫歯予防にはしっかりと歯磨きすることがいちばんなのです。「ハミガキなら朝晩やってるよ」と皆さんよくおっしゃいますが、歯磨きは食べカスを取ることで勘違いされている方が多く、きちんと歯磨きが出来ている方は意外と少ないようです。『磨いている』と『磨けている』では大きな違いがあるのです。逆にいえば、正しい歯磨きが出来ていないから虫歯になるのかもしれませんが、正しい歯磨き方法を知りたい方は、お近くの歯科医院でアドバイスしてもらえば良いでしょう。皆さんの街の歯医者さんと同様、しらとり歯科でも国家資格を持った歯科衛生士が、歯磨きについての相談や指導を積極的に行っています。虫歯が痛くなってから治療に行くのではなく、虫歯予防のために歯科医院に行くという、欧米では当たり前の習慣を見習うことも大切ですよ。

「虫歯予防デー」と「歯の衛生週間」。これを機会に正しい歯の磨き方をマスターし、いつまでも美しく、健康な歯を保ちましょう。



※予約制をとっておりますのでまずはお電話でお問い合わせください。



白鳥 院長

衛生士・助手募集中 完全予約制
午前 9:00~12:30 午後14:00~18:00
休診日 / 木曜日・日曜日・祝日

月	火	水	木	金	土	日・祝
午前	●	●	●	●	●	●
午後	●	●	●	●	●	●

〒299-1173 千葉県君津市外箕輪4-1-16

ご予約・お問合せ **0439-50-8767**
<http://www.shiratorishika.net/>



しらとり歯科 君津市 しらとり歯科 検索

