

第7号

かめい歯科通信



皆さんこんにちは。梅雨冷えが肌寒い季節ですがお元気にお過ごしでしょうか。天気が悪いと体調不良になる、歯が痛くなる、疼く方もおられます。体調に影響を及ぼすのは、天気の良し悪しではなく『気圧の変化』だそうです。気圧が変化することで神経（特に自立神経）に影響を与えと言われており、もちろん歯の中には歯髄とよばれる神経がありますのでそこが影響を受けて痛みを感じることもあるかも知れません。皆さんはお変わりありませんか？お早めにご相談くださいね。

ご存知ですか？
「根管治療」

神経をとる！ って、どういうこと？



みなさんは「歯の神経をとる」という言葉を聞いたことがあると思います。しかし実際には「とっておしまい」というわけではなく、むしろとってからの処置が重要かつ複雑。そこで、「神経をとる」ことの意味とその処置についてご紹介します。

むし歯が進行してしまおうと…

歯には根管と呼ばれる管があり、その中に歯髄が入っています。この歯髄がいわゆる「神経」。

むし歯が大きく進行し細菌に神経が侵されると、とても強く痛むようになります。

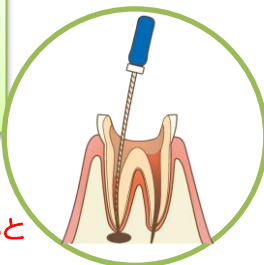
これを放っておくと、歯がポロポロになり、感染は顎にまで広がって、最悪の場合、歯を支える顎の骨が溶けてしまうことも……。そうなる前に感染拡大を防ぎ、歯を守るために行うのが「神経をとる」治療です。



放置すると
大変なことに

細菌に侵された神経

細菌をとり除きながら薬を詰めるため根管の形を丁寧に整えます



少しでも細菌が残っていると
また痛みがでます

ただ神経をとるだけじゃない

実は、神経をとるといっても、簡単にとれるわけではありません。細菌に感染した神経が根管内に少しでも残っていれば、また感染が広がり痛みが生じます。また、神経をとり除いてもそこにしっかり薬を詰めなければ、やはりまた感染してしまいます。そして、薬を詰めるには根管の形を整える必要も……。これら一連の処置を「根管治療」と呼びます。

こんなに大変な「根管治療」

根管治療はとても複雑な治療です。根管は直径0.1mm以下のものもあれば、曲がっていたり枝分かれしていたりと複雑です。実は、海外では神経が細菌に侵されてしまった場合、「根管治療」ではなく「抜歯」を選択することが珍しくありません。そもそも「根管治療」が保険で認められていない国が多く、1本10万円以上の治療費がかかることも！その点日本では保険制度で認められており、むやみに歯を抜かずにすんでいるのです。



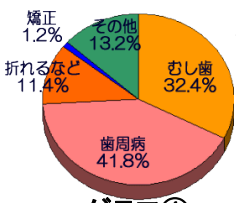
根管の形は人によってさまざま。とっても複雑です！

枝分かれ
していたり…

まがっていたり…

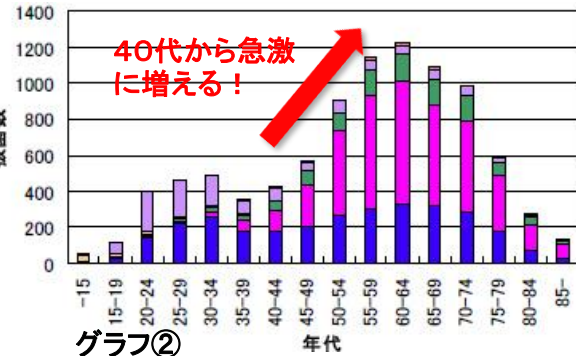
根管治療は非常に緻密な治療のため、時間がかかる場合もありますが、歯を守るための大切な処置ですので、ぜひ最後まで通院いただけますようお願いいたします。

歯を失う原因は？



グラフ①

また、グラフ2をみてみると、年齢を重ねるごとに歯周病で歯を失っていることがわかります。65才以降は減少傾向なのは、それまでに抜けてしまっただけで、すでに歯が少なくなっているから決して歯周病のリスクが下がってはいません。



グラフ②

歯を失う原因の第1位は？ときかれましたら、おそらく若い方のほとんどが「むし歯」と答えるでしょう。しかし、年代全体でみた1位はなんと歯周病！その割合は40%を越えています。また、グラフ2をみてみると、年齢を重ねるごとに歯周病で歯を失っていることがわかります。

むし歯が1位ではありません！

歯を失う原因は？

どの歯が失いやすい？

手遅れになる前に！
歯を失う前に知っておこう！



一番失いやすい歯は奥歯です！

歯は前歯よりも奥歯の方が失いやすく、65才〜74才では半数以上が、75才〜84才では70%以上の方が奥歯（前から6番目、7番目の歯）を失っています。奥歯でしっかりと噛めない食生活がともつらくなります。特に歯を失う原因第1位の歯周病は、成人の80%以上がかかっているといわれます。しかし、初期段階の自覚症状が少ないために自分で気づいていない「隠れ歯周病」の方がたくさんいます。歯がぐらつくなどの明らかな症状が出た時にはすでにかなり進行した状態といえます。そうなる前に、30才以上の方はまず一度、歯周病検査を受けていただくことを強くおすすめします。

歯に良いお料理レシピ 「いちごのクラフティ」



- 材料（直径14センチ耐熱皿2台分）
- いちご …… 1パック
 - 卵 …… 3個
 - 薄力粉 …… 40g
 - グラニュー糖 …… 100g
 - 生クリーム …… 200ml
 - 牛乳 …… 50ml
 - カッターチーズ（裏ごしタイプ） …… 20g
 - バター …… 6g
 - 粉砂糖 …… 適量

- 下準備
- いちごを洗って水気を拭き取りヘタをとる
 - オーブンを170℃に余熱する
 - 薄力粉をふるう

- 作り方
1. ボウルにカッターチーズと卵を入れ、泡立て器でよく混ぜる。さらにグラニュー糖を加え、粒が溶けて見えなくなる程度まですり合わせるようにして混ぜる
 2. 1に牛乳と生クリームを加えて混ぜ、薄力粉を入れてさらによく混ぜる
 3. 皿の内側にバターを塗り、2を半量ずつ流し入れる
 4. 3の上いちごをのせ、170℃に余熱したオーブンで30分焼く
 5. 焼きあがったら粉砂糖を振りかけて出来上がり！！

メモ

あまり知られていませんが、いちごには100gあたり約350mgのキシリトールが含まれています。おいしく食べたあとはしっかり歯磨きを忘れずに・・・！



当院のホームページでは随時ブログ更新をしており、お口や健康についての情報を発信しておりますので是非ご覧ください♪
臨時休診日なども掲載しております

名張市 かめい歯科クリニック