

2018/8/20 Vol.212 編集(金田)



虫歯や歯周病は細菌感染症なのです



以前にも、歯垢(プラーク)は細菌の塊であることをお話ししましたが、皆さんはどのように感じておられるでしょうか？

毎日、当たり前のように歯磨きをする時には、“食べカスを取ってきれいにしよう！”や、“口臭が気になるから…”といった思いから歯磨きをする人がほとんどで、“細菌を取り除こう！”と思って歯磨きをしている人はあまりいないかと思います。歯垢(プラーク)は細菌によるバイオフィルム(細菌同士が絡み合っただけで歯面に張った膜)であり、このバイオフィルムは細菌の塊なので繁殖力が強く、たとえ口の中を隅々まできれいにしたとしても、歯磨きをしなかったり手入れが不十分だったりすると、二日ほどで元のフィルムの厚さに戻ってしまいます。

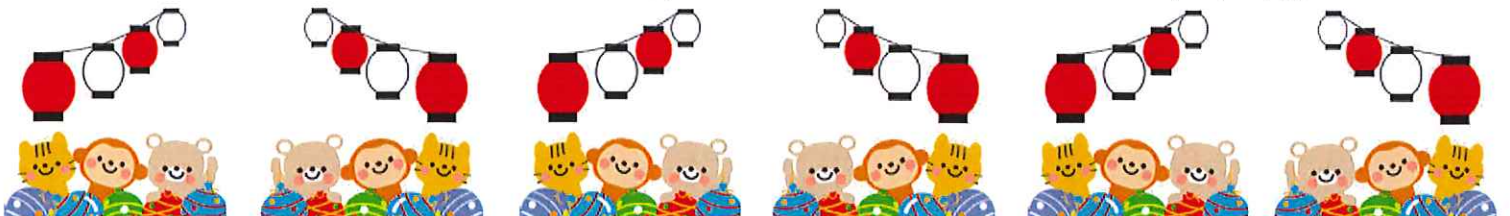
また、定期的に健診や歯石取りをしてもらっているから大丈夫…と安心してしまうことではないでしょうか？私達、歯科医院側でも一通り治療が終わると、「また半年後位に健診に来てください。何かあれば早めに診せてください。」というような案内をさせていただくことが多いかと思いますが、これは、“これで半年位は虫歯も歯周病も心配ないですよ”ということではありません。一時的に良くなっただけであり、治療が終わったその日からは自分自身で歯を守り、維持していくことが必要です。白い被せ物やホワイトニングなどいくら見た目がきれいになったとしても、一大決心のうえインプラント治療をしたとしても、毎日のケアが不十分であれば台無しになってしまったり、新たに大切な歯を失うことになったりしてしまいます。

では、自身で歯を守り口腔内を良好に保つ(虫歯や歯周病にならない)ためにはどうしたらよいのでしょうか？答えは、細菌によるバイオフィルムを取り除くことなのです。細菌が繁殖するのを防げれば、虫歯も歯周病も予防できるということになります。自身で予防ができれば、将来、高額な治療費をかけずに済むでしょうし、何より健康に生活していくことができるのではないのでしょうか。

しかし、このように言うのは簡単な事ですが、一人一人の口腔内(歯の形や本数、歯並び、唾液の量など)の違いや、生活環境(食事内容、服薬の有無、仕事形態など)の違いにより、ケアの方法は誰しも同じというわけにはいきませんし、習得するには時間がかかります。

そのため、普段の保険診療内の時間では十分にお伝えできない場合も多いかと思いますが、歯科診療において一番大事な部分であると思っておりますので、疑問や質問などありましたら遠慮なくお声掛けください(^_^)。

担当：小原



台風はなぜ出来るの？



今年は、例年に比べて台風が多く発生しています。
今回は『なぜ台風が出来るのか?』と『熱帯低気圧と温帯低気圧の違いは?』について調べてみました。

1. 台風はなぜ出来るのか？

台風が発生する条件は、海面の温度が26度以上であり、日本の南海の温度傾度(温度の変化率・変化量)が比較的小さいことです。台風は、北太平洋南西域の熱帯地方で発生した低気圧が発達したもので、この発達した低気圧を熱帯低気圧と言い、さらに発達して最大風速がおよそ毎秒17メートル(34ノット)以上になったものを『台風』と言います。



2. 台風(熱帯低気圧)と温帯低気圧の違いは？

	熱帯低気圧	温帯低気圧
風速	中心に近づくと急に強くなる。	一様に強い。発達した低気圧では中心付近よりも周囲の方が強い。
等圧線	丸い。中心付近で急に混む。	いびつ。中心付近で混むが概ね一様。
前線	前線を伴わない。 ただし、周囲の風向きは違う。	温暖前線、寒冷前線を持ち、前線の両側の温度差が目立つ。 風向きも異なる。
時期	日本へやってくる台風は夏から秋が多い。	四季問わず。



これから、まだまだ台風が発生する恐れがあります。
台風は、事前に来ることが予想できる災害です。
台風の情報を見たり聞いたりしたら、早めの対策を心掛けたいものです。

