

★歯を大切にするための情報をお届けします。



# 健康ニュース

小林歯科

0533-82-0555

## むし歯は早期発見と早期治療が大事

ごく初期のむし歯で再石灰化の見込みがある歯であれば、歯科医師の管理のもと環境を整えることで、むし歯の進行を防いだり、再生することもあります。しかし、それより進行したむし歯は早めに治療しないと、思わぬトラブルを招く危険性があります。定期的に歯科医院でチェックを受けましょう。

### 激痛が出る

むし歯が神経に達した時の痛みはかなり強烈で、痛み止めを飲んでも効かないことが珍しくありません。



むし歯は  
進行すると  
大変です！



### 治療が辛い

むし歯が神経に達して痛みが強い場合、麻酔が効きづらくなり、痛みを我慢して治療を受けなければならないこともあります。



### 歯の寿命が短くなる

むし歯で神経を取り除いた歯は、枯れ木のようなもので、強い衝撃に弱く、割れたり折れたりしやすくなり、歯の寿命も短くなってしまいます。



### 歯を失う

むし歯が進行して歯がかなり崩壊している場合は、抜歯を余儀なくされることとなります。



### 周囲に感染が広がる

むし歯を放置し神経が腐敗すると、歯の根の周囲に膿溜まりを作ることになり、それがだんだんと広がるにつれ骨が破壊されていき、副鼻腔炎、骨髄炎などが起こる危険性があります。さらにひどい場合だと、細菌が血中に入って全身を巡り、心臓や脳などに感染を起こして命に関わることもあります。



## 歯の磨き方以外の歯磨きのポイント

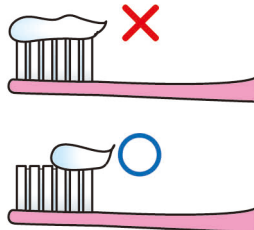
### 歯磨きの時間は3分以上

すべての歯を隅々まで磨くには最低でも3分は必要だとされています。



### 歯磨き粉の量

歯磨き粉をたくさんつけると、口が泡でいっぱいになったり、歯磨き粉の香料でスッキリした気分になったりして、磨き残しがあっても磨けた気になってしまいます。



### 寝る前の歯磨きはしっかり丁寧に

眠っている間はむし歯や歯周病リスクが高まるため、夜寝る前は必ず丁寧にいきましょう。



### 歯磨き後のうがいの回数

フッ素入りの歯磨き粉を使う場合、フッ素の成分を歯の表面に残すために、うがいは一回にとどめておくのが良いとされています。

