

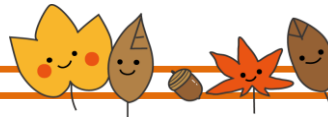
# たるみ歯科通信

2016年 9月号 No.69

こんにちは。歯科衛生士の岡本です。  
とてもとても暑かった8月が終わり、9月に入りました。  
今年も残りあと4ヶ月です、頑張っていきましょう！



さて今回の通信は、歯の根っこの部分にできるやっかいなムシ歯である、「根面う蝕」についてお話します。



## ★ 根面う蝕って？

「根面う蝕」は歯の根の部分にできるムシ歯（う蝕）で、若年者よりも中高年の方に多く見られます。歯の根面は本来は歯ぐきに覆われているのが普通ですが、

- ・ 歯周病で歯ぐきがやせてしまったり
- ・ 歯ブラシの力が強すぎて歯ぐきが下がったり
- ・ 歯と歯ぐきの境目の部分に汚れが溜まったり

などの原因で根面が露出するとそこがムシ歯になってしまいます。

右の写真のように歯の根の部分の象牙質が露出すると根面う蝕になりやすいです。また治療をして被せ物が入った歯でも根の部分が出てくるとそこもムシ歯になりやすいので注意が必要です。



## ★ 根面う蝕の予防法

根面う蝕の予防は「**歯周病を予防して歯の根っこを露出させないこと**」が一番ですが、すでに露出している部分がある場合には、ホームケアを特にしっかりやらなければなりません。

- ① 歯と歯ぐきの境目には汚れが残りやすいので、歯ブラシだけでなくフロスや歯間ブラシも併用しましょう。
- ② お口の中に甘さが残るような物（アメやチョコなど）をだらだら食べるのはやめましょう。
- ③ **フッ素**を使って歯を強くしましょう。  
フッ素には歯を強く硬くする作用があり、ムシ歯予防に効果があります。歯磨き粉やフッ素ジェルやフッ素洗口液を使ってホームケアをし、歯科医院でも定期的にフッ素塗布をするとさらに高い効果が期待できます。

根面う蝕は、進行が速いだけでなく、根の部分から神経までの距離が近いので重症化しやすく、かなり厄介なムシ歯です。  
進行をコントロールすることが大切ですので、歯科での管理が必要です。

**定期健診でお口の状況を確認し、適切なケアを行なって根面う蝕をしっかり予防していきましょう！！**



## 9月の予定

- ☆ 淡路島での勉強会参加のため **3日(土)** は **休診** といたします。
- ☆ 矯正診療日は **15日(木)午後** です。
- ☆ 院内研修のため **16日(金)午前** は **休診** といたします。