は 歯っぴいだより

2021年 2月号

マスクをしていると気づく、自分の口臭！

マスクが生活の必需品となった今、マスクのなかの口臭に悩む人が急増中です。多くの原因は歯周病や虫歯です。ほとんどの場合、口臭は口の中の細菌によって発生しています。口臭の原因が細菌により発生しているのであれば、口の中の細菌の数をいかに抑えるかが口臭対策のポイントとなります。そのためには、やはり日々の歯みがきが大切です。そして、歯科での定期検診を受けることが重要です。

虫歯の早期治療はもちろん、プロにクリーニングをしてもらうだけでも口臭予防になります。半年に１度は歯医者さんを訪れることをオススメします。

陰で支えてくださる業者様！

色々な業者様が当院を支えてくださっていますが、清掃を担当している「松本美装」さんとも長い付き合いです。

床の清掃・ワックスや窓、換気扇、蛍光灯などピッカピカに清掃してくださいます。

日々のスタッフの努力と業者様が、当院のキレイの元です。

業者様への感謝を忘れず、診療に励みたいと思います。

やさしい 痛くしない わかりやすい歯医者さん

三浦歯科医院

帯広市西19条南3丁目17－10　大谷高校前

診療予約はお電話で！

0155-36-6488

三浦歯科　帯広　検索

保険診療・自費診療・歯科衛生用品に
クレジットカードがご利用いただけます

NCおびひろ　日専連ジェミス

2月の診察時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:30～1:00	●	●	●	●	●	●
午後 2:30～6:30	●	●	●	●	●	●
休診日 ： 日曜・祝日　●4:30 まで						

2月20日(土)休診　2月23日(火)祝日ですが通常通り診療

歯が抜けた！放置したらどうなる？

「1本ぐらい歯がなくても…」は大間違い!!

虫歯や歯周病などで歯を失ってしまったとき「奥歯だから目立たない」「今のところ噛める」などの理由で治療を中断して放置してしまう方がいらっしゃいます。しかし、お口の中は、ラグビーのスクラムのように、全ての歯が揃ってお互いに支え合うことでバランスが保たれています。たった一本の歯でも失うと全身に様々な悪影響がでてくるので、早めの治療が必要です。

☆ どんな影響があるの？

① 機能面での影響

- **反対側の歯が伸びてくる**：後から治療するときに邪魔になります。
- **抜けた歯の両隣の歯が抜けた側に倒れてくる**：歯列の強度が弱くなります。
- **全体の歯並びが悪くなる**：歯と歯の間のすき間が左右前後にあいてきます。
- **噛み合わせがおかしくなる**：複数の歯が反対側の歯とうまくかみ合わなくなります。

噛み合わせや歯並びが悪くなり歯間が広がると、歯がぐらぐらしてくるほか、歯垢（プラーク）が溜まりやすくなり、虫歯や歯周病ができやすい口内環境になってしまいます。

② 見た目の影響

- **歯が抜けたままで見た目が悪くなる**：特に見えるところでは恥ずかしいでしょう。
- **歯の骨が溶けるので、歯茎が下がってくる**：歯茎のラインがでこぼこになります。
- **顔の輪郭が変化する**：多数の歯がなくなると、顔がゆがんでしまいます。

歯が生えそろっていると、左右バランス良く筋肉が鍛えられるため、シャープな輪郭を保つことができます。しかしバランスが崩れてきて、顎や顔の筋肉が衰えると、ゆがみによってしわが増えてしまうこともあります。

③ 生活面での影響

- **よく噛めなくなり、胃や腸の負担が増える**：食べられるものが減ってきます。
- **よく噛めないので、食欲が減る**：その結果、栄養状態が悪くなります。
- **発音ができず、うまく話せなくなる**：対人関係を避ける傾向がでてきます。
- **脳への刺激が減少する**：認知症の引き金になる可能性があります。

歯のバランスが崩れ、十分に咀嚼ができなくなると、胃や腸などの消化器官に負担がかかってしまい、全身の健康への影響が出てしまうこともあります。

☆ 失った歯の治療方法は？

失った歯の治療方法は大きく分けて、ブリッジ、入れ歯、インプラントの３種類あります。それぞれにメリットや注意点があるので、治療の際はお気軽にご相談ください。そして、しっかりと納得した上で、ご自分の歯を失った経緯や状態に合った治療を選びましょう。