

おざわ歯科医院

デンタルニュース

2012年

7月号

DENTAL NEWS

いよいよ7月27日からロンドンオリンピックが開幕します。記念すべき夏季30回目のオリンピックは全26競技302種目の試合が行われます。日本とイギリスの時差は8時間。オリンピックのライブ映像は夜～深夜になりそうなので、晩酌をしながら観戦！なんていう事になりそうです（笑）。テレビを見たまま歯を磨かずに寝てしまう、なんてことがないようにしてくださいね！

さて、スポーツと歯の治療は密接にかかわっているのをご存知ですか？オリンピックの選手村には、選手たちのケガ・病気に備えるための、総合療養所があるそうです。1994年に開催されたりレハンメルオリンピックでは最も患者さんが多かったのが歯科だったそうで、その数は全受診者の約半分！そのため次の長野オリンピックでは歯科医師の数を2倍にするよう、国際オリンピック委員会から特別要請があったそうです。スポーツ選手は、競技中に歯が痛くなったり、歯の詰め物が取れてしまったら命とりなので、トレーニング以前の条件として、きちんと虫歯の治療や歯の定期検診をさせるコーチも多いそうです。みなさんも受験や大切な会議の前にはきちんと虫歯の治療にきてください。何はともあれ日本選手団にはたくさん活躍してもらい、日本を盛り上げてほしいですね！

おざわ歯科医院からのお知らせ



放っている虫歯はありませんか？
きちんと治療しましょう。



休診日のご案内

7月

4日（水） 休診
11日（水） 午前休診 午後矯正科
16日（月） 祭日休診
19日（木） 午後矯正相談

8月

1日（水） 午前休診 午後一般診療
8日（木） 午前一般診療 午後矯正科
12日～16日 夏季休暇
22日（水） 休診
25日（土） 午前一般診療 午後休診
27日（月） 午後矯正相談
29日（水） 休診

矯正で歯が動くメカニズム

★なぜ矯正で歯が動くの？

顎の骨にしっかりと埋まっている歯が動くのって不思議だと思いませんか？矯正治療でなぜ動かすことができるのでしょうか？今回はそんな、矯正により歯が動くメカニズムをご説明します。



★骨吸収と骨形成

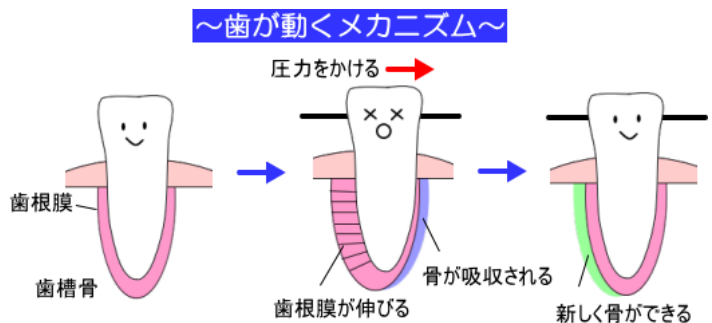
まず歯列矯正について説明するには、骨吸収（こつきゅうしゅう）と骨形成（こつけいせい）という体の働きを説明する必要があります。骨吸収とは破骨細胞（はこつさいぼう）という細胞によって古い骨が分解され壊されていくことで、骨形成（こつけいせい）とは、骨芽細胞（こつがさいぼう）という細胞により、新しい骨が作られることです。人間の骨は絶えず骨吸収と骨形成を繰り返しており、人間の場合、約5年で全身の骨が入れ替わると言われています。この働きを「骨の代謝機能」といいます。歯列矯正は、この「歯の代謝機能」をうまく利用し、自然の力で歯を動かすのです。

★こうして歯が動く！

歯は、歯槽骨という骨に埋まっています。歯の埋まっている部分の「歯根部」は、「歯根膜」という膜に覆われ骨とつながっています。歯列矯正は、歯にブラケットという器具を付けたり、ライナーというマウスピースをつけて歯を動かしたい方向に力をかけます。歯は100グラム程度の弱い力を長時間加えると、圧迫された方向（圧迫側）に動くのです。この時、動かしたい方向の歯根膜と歯槽骨は圧迫され、その逆側の歯根膜は引っ張られるという現象が起きます。

圧迫される側は破骨細胞によって骨が破壊されて隙間ができ、その隙間に歯が動きます。そして歯が離れる側は骨芽細胞によって新しい骨が作られるのです。

こうして歯が動くスピードは1か月に付き大体0.5ミリ～1ミリ程度。しかし矯正のため歯を動かす距離は平均して4ミリ程度なので矯正には時間がかかるのです。



★自然の力を利用しているから安心

矯正は、整形手術のように外科的な処置で歯を動かすのではなく、あくまでも自分の体がもっている「骨の代謝機能」を利用するので、歯や体に負担をかけずに歯を動かすことができます。また、矯正は成人になってからでは遅いと思われがちですが、このような自然な力を利用するので誰でも治療することができます。矯正をお考えの方は、ぜひ一度ご相談くださいね。



おざわ歯科医院



歯周病菌は心筋梗塞や糖尿病の一因にも。

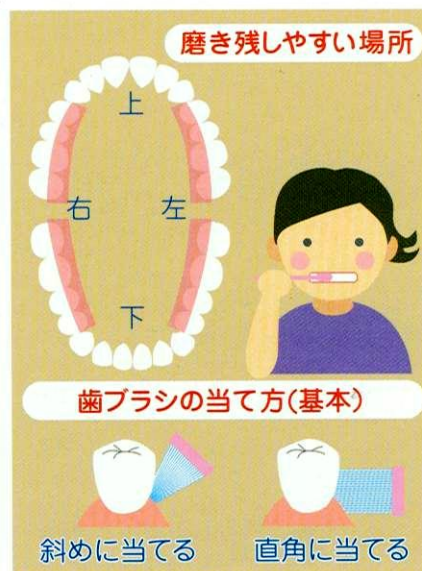
早めに休息をとり歯茎をマッサージしましょう。

口腔内には300~400種類の細菌が住みついているといわれています。「歯周病菌」もその一つですが、最近では心筋梗塞や糖尿病の一因として注目されています。

歯茎の炎症が起こって歯周病菌が血液中に入ると、血流に乗って全身に流れ、血管内で炎症や血栓などを引き起こします。

歯周病予防は歯の問題だけではなく、全身病予防につながります。歯茎の腫れや炎症は歯磨きの仕方や回数の不足だけではなく、過労やストレス、飲酒によって悪化することも多いので、早めに休息をとったりアルコールを控えたりすることも必要でしょう。

柔らかめの歯ブラシで、歯茎をマッサージするように磨きましょう。



歯周病予防のためのアドバイス

1. 歯茎をマッサージするように磨く
2. アルコールやタバコを控える
3. 夜更かしをしない
4. 過労やストレスに気を付ける



当院では予防歯科に力を入れています。

歯周病治療のメンテナンスも治療の一部です。

虫歯の予防と早期発見、治療部位を長持ちさせるためにも

定期検診を受けましょう。

ozawa dental clinic

おざわ歯科医院  平塚総合歯科センター