



# くすくす新聞

2020.08 Vol.02

なかなか梅雨明けをせず、おネリとしない日が続いておぼろ。そんな雨の日は、外から聞こえてくる雨音に耳を傾けておうちでゆつりと過ごしているのはどうでしょう。家族との時間を大切に花が咲くおネリと私のお小遣いを見つめ、1日1日を大切にしたいですね。



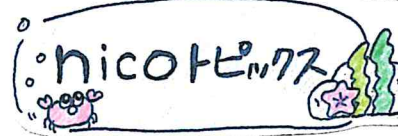
## 歯周病と全身疾患

歯周病は糖尿病、心疾患、肺炎、リウマチ、認知症など全身疾患と関係しています。口の中の細菌が全身と関係があるのかと思う方もいらっしゃるかもしれません。

近年の研究により歯周病菌を飲み込むと、腸内細菌のバランスが崩れ免疫機能が低下し、血液を介して細菌の毒素が全身にまわると言われています。

毒素により全身に張り巡らされている血管が炎症を起こすと、各臓器がダメージを受け様々な病気を引き起こすのです。この事から分かるように、歯周病は口だけの問題ではなく、全身に関わる重大な細菌感染症だということになります。

そこで重要なのが口腔ケアです。歯周病予防の基本は歯垢がたつないようにする事が一番です。おうちの歯磨きと定期検診を活用し、上手に細菌と付き合っていく健康なお口と身体を築いていきましょう。



## 歯科用語 便利ガイド ①

- よく病院内で耳にするけれど、どんな意味なのかは分からない単語があると思います。今回は主な歯科用語をまとめてみました。
- ラゲ虫 → おし歯。カリエス。
- 歯周病 → 歯の周りの病気。歯肉炎と歯周炎がある。
- 歯肉炎 → 歯ぐきに限局した炎症。
- 歯周炎 → 骨まで炎症が進んだ状態。
- プラーク → 細菌のたまりの事。別名バイオフィルム。歯周病の主な原因の1つ。歯垢。
- 口内炎 → 口の中にできる白く見える炎症。アフタ。
- 再石灰化 → 唾液が持つ、歯を再構築する作用。フッ化物物により促進される。
- フッ化物物 → フッ素。唾液には再石灰化を促進する成分。歯磨き剤や洗口液などに含まれる。
- PMTC → 歯科医師または歯科衛生士が専門的器具で歯の表面を清掃する事。Professional Mechanical Tooth Cleaningの略。
- 歯石除去 → 歯の表面に付着した歯石を、スクレーパーと呼ばれる器具で取り除く。スケイビング。



日	月	火	水	木	金	土
						1
2 休	3	4	5 11:30~ 15:00 (休)	6	7	8
9 休	10 休	11	12	13 休	14 休	15 休
16 休	17	18	19	20	21 12:00~ 14:30 (休)	22
23/30 休	24/31	25	26	27	28	29

前橋市総社町総社 1135-1  
TEL: 027-226-1243  
FAX: 027-226-1299  
HP: <http://kusunoki-shika.jp>  
くすくす歯科・矯正歯科

