

自分の歯と一生仲良く！

歯科

これまで「年を取ると歯が悪くなる、歯が抜ける」のは常識だと信じられてきましたが、近年これが明らかな間違いであることが分かってきました。実は、歯が悪くなり抜けてしまうのは、年齢や体質のせいではなく「口の中にばい菌がたまっていくこと」が原因なのです。それを防ぐにはやはり「自分で口の状態を清潔に保ち、毎日続ける」

ことが大切です。

中には「清潔にしているのに歯が抜けた」と言う人もいます。けれど、それは

自己流でやり方が間違っている場合がほとんど。ばい菌がついた食べかすは、うがい程度では取れません。仮に朝晩歯磨きしていたとしても歯ブラシの使い方に癖があつたり、磨き方が不十分だったりすると、そこから悪くなり、痛くなつたときには手遅れで、歯が抜けてしまったというケースも少なくありません。

そうならないためには、歯のクリーニングなど定期的な歯科受診が重要です。自分では掃除しきれない奥歯の裏側や歯の間などを、特殊な器具で専門的にケアすることで、虫歯や歯周病を予防できます。自分の歯と一生仲良くし、健やかで美しい人生を送るためにも、ぜひ習慣化してください。

大面正治さん
オオニシ歯科 院長

