



2016年も半分の6カ月が過ぎ、だんだんと蒸し暑くなってきました。

こまめに水分を摂り熱中症に注意しましょう。

何かにチャレンジするのも、まずは身体が健康でなければ始まりません。

お口は食物だけではなく、空気や細菌などの入り口にもなります。口腔内を清潔にして、季節の変わり目に体調を崩さないようにしましょう！

成長期の歯肉の痛み（伊藤）

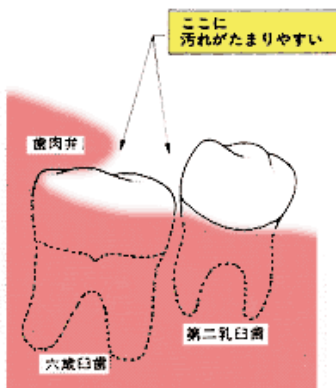
乳歯の奥に出てくる6歳臼歯は、歯肉を突き破って生えてきます。

萌出途中ほうしゅつのこの時期は奥の歯肉に痛みが出ることがあります。6歳前後のお子さんで、奥歯の辺りを痛がる原因はこうした歯の萌出が原因として考えられます。

また、まだ歯にかぶさっている歯肉が噛み合わせの歯にぶつかり、痛みを訴えることがあります。

このかぶさっている歯肉である歯肉弁は、歯の萌出にともない徐々に退縮してなくなります。

他にも、中学生の頃には6歳臼歯の奥にもう一本永久歯が、高校卒業の頃にはさらにその奥に親知らずが生えてきます。どちらも同じように歯肉に痛みが出ることがあります。

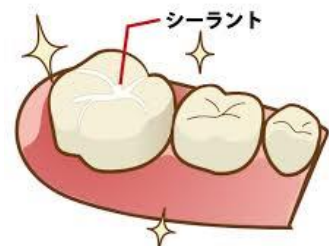


自然に消失するため経過を観察することが多いですが、噛み合わせの歯が歯肉弁を噛んでしまい痛みが強い場合は、レーザーでカットすることもあります。

歯肉弁の下は、汚れがたまりやすくむし歯にしやすい歯の噛み合わせの面です。歯肉弁が消失した後、シーラント（予防填塞法）を行い歯の溝に汚れがたまりにくくして虫歯を予防しましょう。

シーラントを行った後も、正しい歯磨きをしないとむし歯になります。

6歳臼歯は生えてきたことに気が付きにくく、むし歯にもしやすいため親子でむし歯予防に取り組みましょう。





で白い歯に (黒川)



誰もが白いきれいな歯に憧れ、透明感のある歯はお顔を明るく健康的に見せます。

歯に自信があると人に笑顔を見せたくになります。

学校や職場などで新しく知り合う人も増えるこの時期、素敵な笑顔で接したいですね。

ホワイトニングするのにいろいろ努力しているという話もよく耳にします。

しかし歯を白くしたいと思ってやったことが歯を傷つけ逆効果だったり、すぐに戻ってしまったり、歯の専門家から見れば危険なこともあります。

安全で効果的にホワイトニングする方法をご紹介します。

ホワイトニングする前に…チェックしてみてください！

- 歯石やプラークやステインで汚れていませんか？
- 永久歯が萌出してきた時から褐色である
- 以前に歯の根の治療をしたことがある
- 以前に歯をぶつけたことがある



ホーム ホワイトニング

歯の汚れがある場合はまずその汚れを取ってからホワイトニングをすることが大前提です。

汚れを取ると、自分自身の白い歯に満足する方もいます。

また全体の歯の色ではなく1本だけの歯の色が気になる場合は全体のホワイトニングではなく、1本だけ歯を白くする方法もあります。

萌出した時から褐色の歯はホワイトニングでは変化がみられないことが多いです。

種類

1. パワー ブリーチング

診療室で行います。

歯の組織をほんの少し痛めますがその日のうちに白くなります。



2. ホーム ホワイトニング

ご家庭でマウスピースに薬液を入れて1日に30～60分歯に浸します。

1～2週間装着でだんだん白くなります。

3. 神経を取った歯のホワイトニング

歯の中に専用の薬液を入れ1週間ごとに薬液を交換します。

ホワイトニングをする前に歯の根の治療が必要になる事もあります。

神経を取った歯のホワイトニング

1. 2. 3のホワイトニングで共通していることは見た目ではわかりませんが、歯の組織を少し痛めることです。また個人差がありますのでしみる症状がでる場合もあります。また、白くなりやすい歯や白くならない歯があり期間も一定ではありません。