

# ヴィータ歯科通信

2013年  
2月号

院長ご挨拶

〜チョコレートのお話〜

こんにちは。院長の河添です。

2月のイベントといえばバレンタインデー、懐かしい思い出がある方も多いイベントかもしれませんね。

恋人にチョコレートを贈る習慣は、19世紀のイギリスで始まったそうですが、女性から男性へチョコレート贈ることに限定されているのが、日本の大きな特徴なのだとか。

ただ、最近では『義理チョコ』だけでなく、『友チョコ』という新しい習慣も生まれているそうですから、男女問わずチョコレートをもらう機会があるかもしれませんね。

チョコレートといえば、昔から『むし歯の原因』として取り上げられることの多い食べ物でもあります。

むし歯の元になるミュータンス菌は、砂糖を餌にして強い酸を出します。この酸が固い歯を溶かして穴が開き、むし歯になります。

つまり、**チョコレートはむし歯菌の大好物**なのです！

チョコレートを食べた後に、**砂糖をお口の中に残さない**ことが大切です。**歯みがき**をする、できない場合でも**うがい**をして、お口の砂糖をきれいに流しましょう！



院長 河添克明

歯とお口の健康のお話 第12回

〜歯周病Q&A〜

大人が歯を失う原因として最も多い『**歯周病**』、実は日本人の80%以上の人が歯周病というデータも。歯周病の症状や原因を知って、予防に努めましょう！

Q. **歯を抜くこともあるの？**

歯周病が進行してしまつて**重症化**してしまった場合、歯を抜くことが最善の治療法となることもあります。

歯周病は、初期段階であれば治療や日常的な予防で症状が改善することも十分可能な病気です。

一方で、歯周病菌によつて歯槽骨の大部分が溶かされているような状態にまで症状が進行してしまうと、どのような治療を行つても**症状の改善が期待できない場合**もあります。



そこまで重症化してしまった場合は、他の健康な歯への悪影響が考えられることもあり、**やむを得ず歯を抜く**治療を選択する場合があります。

できるだけ**歯を抜く治療は避けたい**ものです。重症化する前に、治療やケアに取り組みしましょう！

歯とお口の健康のために大切なことは…

- ① 毎日の正しいブラッシング
- ② 歯科医院での定期的なクリーニング

発行者：ヴィータ歯科

名古屋市北区黒川本通4丁目38 2階

ご予約は：052・508・7879

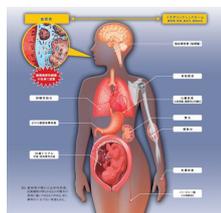
知っておきたい歯の基礎知識 28

〜歯と全身疾患の関係①〜

今回から、近年少しずつ解明されてきている『**歯の病気と全身の病気の関係**』についてお話してみたいと思います。

「歯の病気がどうして全身の病気と関係があるの？」と思われる方が多いと思いますが、特に**歯周病**との関係がクローズアップされています。

これは、**歯周病が細菌によつて起る**病気であることが関係しています。



お口の中にある歯周病の原因菌が、お口から体内に侵入して、病気や身体の器官に影響を与えていると考えられます。例えば、次のような病気との関係が分かっています。

- ・ 動脈硬化、心臓疾患
- ・ 糖尿病
- ・ 肺炎
- ・ 低体重時出産、早産
- ・ 骨粗しょう症、関節炎



食べ物も水分も**口から補給**しています。お口の中をきれいにし、歯周病を治療・予防することは、**全身疾患の予防**にもつながります。