

歯の衛生週間によせて

②

桐生市歯科医師会

お口の健康トラブルとして、多くの人がま
ず思い浮かべるのは
「虫歯」ではないでしょ
うか。

虫歯 お口の変化に気づいたら受診を

虫歯はプラーク(歯垢)しこう)や歯石の中
の細菌が、食べ物の糖
分を分解して作り出す
「酸」によって歯が溶
かされる状態です。

ことはありません。虫
歯が進行し、歯髄(歯
の神経)に達すると、
食べ物を食べたり、飲
んだりするだけでも激
しい痛みが伴い、つい
には歯が抜けてしま

ですから、痛みなど
の自覚症状がなくて
も、お口の変化に気が
付いたら、一日も早く
歯科医に診てもらっ
てをお勧めします。

ということでは
食べたら磨く(ブラ
ッシング)のはもちろ
んのこと、プラークに
なりやすい軟らかな食
べ物や、糖分を多く含
んだ食事をあまり摂

虫歯予防はブラッシ
ンクやリンシング(口
すすぎ)によるプラ
ーク除去が基本です。お
口のケアが、一般的
な身体のケアと異なる
点は「セルフケアのウ
ェイトが非常に高い」
です。

ます。
早期に発見して治療
を受ければ、痛みも少
なく、治療期間も短
く済みます。当然、治
療費も少なくすま

ます。
早期に発見して治療
を受ければ、痛みも少
なく、治療期間も短
く済みます。当然、治
療費も少なくすま

と)らないことが大
切です。また、喫煙習
慣もお口の中の健康に
は良くありません。見
直してください。
※ ※
6月1日に週間行事
歯の衛生週間行事
6月1日午前10時から
午後3時、桐生市保健
福祉会館。歯科健診、
歯科医療相談コーナ
ーのほか、市民公開講座
もあります。