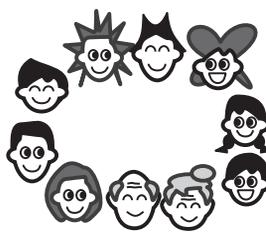


津谷歯科医院 口腔ケア新聞

NPO法人
訪問歯科診療
を広める会
賛助会員



平成27年7月号
発行：津谷歯科医院
院長：津谷良
住所：岡山市中区海吉 1807-14
紙面に関するお問い合わせは下記まで
電話：0120-779-418
配信代行：訪問歯科診療を広める会

皆さん、こんにちは！いかがお過ごしですか？

津谷歯科医院、院長の津谷良です。

歯ぐきは口腔粘膜の一部で、歯肉(しにく)とも呼びます。歯ぐきには、①歯がぐらぐらと動かないように補強する、②噛む時の力を吸収して組織を守る、③細菌やその毒素が体内に侵入するのを防ぐ、といった大切な役割を担っています。健康な歯ぐきはきれいなピンク色で引き締まっていますが、腫れや痛み等がある場合は、歯ぐきに病気のあることが疑われます。歯ぐきの腫れや痛みは、体調が悪い時に出やすく、免疫力の低下した要介護者では特によく見られる症状です。自然に症状が落ち着くこともありますが、体力が落ちるたびに再び強く症状が出てきますから、早めに歯科医院を受診しましょう。

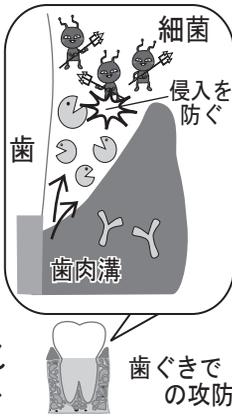
そこで今回は、『歯ぐきの腫れ・痛み』についての情報をお届けしたいと思います。

1. 歯ぐきの症状、多くの場合原因は・・・

歯ぐきには腫れ、痛み、血や膿が出る、できものができる、色の変色、痩せて下がった等、様々なトラブルが生じます。中でも腫れと痛みは特によくある症状です。原因は被せ物が合っていない、歯の根っこの先端にひびや破折等の異常があること等が考えられますが、最も可能性が高いのは、歯周病です。

2. 生態防御VS細菌 歯ぐきでの攻防！

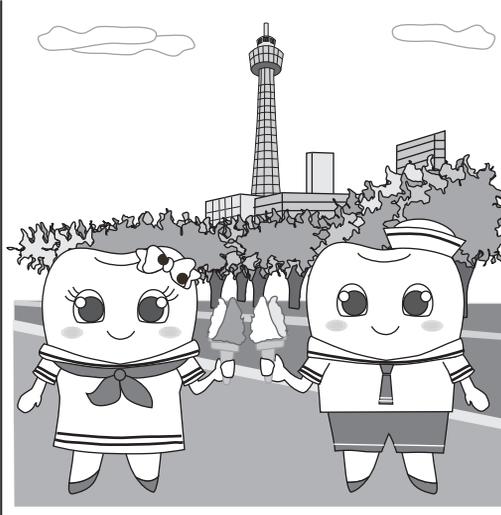
口の中は、水分、温度、栄養(食べかす)のすべてが揃っているため、細菌が繁殖するには絶好の環境です。一方、歯ぐきには生態防御機能が備わっています。歯と歯ぐきは、ぴったりとくっ付いている状態が正常ですが、歯肉溝(しにくこう)という部分からは、免疫細胞を含んだ少しの血液成分がにじみ出て、細菌やその毒素が体内に侵入するのを防いでいるのです。ところがちゃんと歯磨きができていない上に免疫力が低下すると、細菌は膨大な



数が増えて歯肉溝で防ぎきれず、炎症が起こります。細菌の塊である歯垢や歯石が歯と歯ぐきのすき間である歯周ポケット内に付着していると炎症が続くこととなり、歯周病が進行してしまいます。

3. 腫れと痛みを改善するには!!

歯周病を防ぐには、歯周ポケットの中の汚れを取り除いて、きれいに保つことです。すでに歯ぐきに炎症が生じている場合は、歯ブラシで歯ぐきを傷つけないようにやさしく磨きます。きれいにしようと強く磨くと歯ぐきは傷ついてしまいますので注意が必要です。しかし自身による歯磨きでは、歯周ポケットの中の歯垢や歯石を完全に除去することはできません。歯科衛生士による専用器具を用いたクリーニングが必須となります。歯を支えている骨を溶かす歯周病菌が毒素を出して悪さを始めるのは、感染から3~4ヶ月経過してからと言われています。ですから自分で行う毎日の歯磨き(セルフケア)に加えて、3~4ヶ月ごとに歯科医院で専門的なクリーニング(プロフェッショナルケア)を受けることで、健康な歯と歯ぐきを保つことができます。



◆ 歯周病で腫れや痛みのある歯ぐきは柔らかい歯ブラシでやさしく磨きましょう ◆

口腔ケア新聞の発行にあたって



ここ数年、外来患者さんやそのご家族から訪問診療のお問い合わせやご依頼を受けるケースがとて増えてきました。小さなご病気されてしまったことがキッカケで、寝たきりになってしまわれたりして、「いつもお元気でいいですね」と話をしていたのに・・・そんなことが続いたので、これは本格的に訪問診療に取り組まなければいけないかなって、強く思うようになりました。

そこで取り組みの一環として、要介護者の歯と口に関する情報を地域の介護に携わっている方にお届けしようと考え、口腔ケア新聞を毎月1回発行しています。

津谷歯科医院

診療時間 9:00~12:30/14:00~18:30
(土曜日は16:30まで)
診療科目 歯科 小児歯科
休診日 木曜・日曜・祝祭日
院長 津谷良
岡山市中区海吉1807-14