

歯石の除去は歯の健康維持につながります！

お口の中にたまる汚れとしては「歯垢(しこう)」が有名です。歯垢はプラークとも呼ばれるもので、その中には無数の細菌が含まれており、虫歯や歯周病の原因となります。そんな歯垢が石のように硬くなったものを「歯石(しせき)」といいます。歯石は取り方に注意が必要で、放置すると歯周病のリスクも上昇させます。

✓ 歯石とは？

歯石とは一言で言えば歯垢が硬くなったもののことで、歯みがきでみがき残した歯垢はおよそ2日間ほどで歯石へと変わってしまうと言われています。



✓ 歯石は歯磨きでは取れない

歯石は一旦歯に付いてしまうと歯ブラシでは取れないのです。歯みがきがしにくい「歯と歯ぐきの境目」や「歯と歯の間」にできやすく、また歯石の表面はデコボコしているため、そこにさらに歯垢が付いて歯周病の原因となってしまいます。

✓ 歯石は歯周病を悪化させる

歯石に住み着く細菌は、歯周病、口臭などのトラブルを引き起こす恐れがあります。歯石は、つきやすい人、つきにくい人がいます。これは体質的なものが関係している場合もあれば、お手入れの良し悪しに関係している場合もあります。歯石自体は無害ですが、歯石に付着した細菌は歯周病の原因となり、歯周病が進行するとお口の中だけでなく、全身の病気を引き起こす原因になることもあります。



「当医院の歯科治療はいかがでしたか？」

聖歯科クリニック/院内アンケート

当医院では、皆様の声を「励み」に、またより良い医院作りの今後の「改善点」として、アンケートのご協力をお願いしております。よろしければ皆様のお声をお聞かせください。

聖歯科クリニック理事長/若松 聖

◆年齢 67歳 ◆性別 女(男)・男性 ◆主な治療内容 歯石 入れ歯

◆ご自由に当医院へのご意見をお聞かせください

昔の歯科医院のイメージ... 待ち時間の長さ、治療の痛み、先生の高圧的(?)な態度。に反して、時間通りの受診、痛みの少ない治療、先生、スタッフの皆さんのやさしさ。1年以上の長期でも、負担にはなりません。ありがとうございました。

◆いただいたご意見を当院のウェブサイトへ匿名にて掲載してもよろしいですか？ (はい)いいえ

ご協力ありがとうございました。今後もよろしくお願ひ致します！

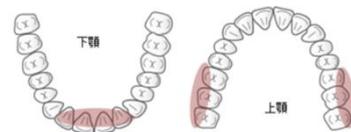
歯石をつくらせないために

歯石が形成されてしまう原因は、歯垢の除去が不十分であることにあります。

硬い歯石に変化すると除去が困難になってしまいますが、軟らかい歯垢の時点ではセルフケアで除去することが可能です。歯垢が歯石へと変化する前に、歯ブラシやデンタルフロス・歯間ブラシを使って歯垢を除去しましょう。

歯石がしやすいのは、唾液が分泌される下あごの前歯の内側(舌側)部分や上あごの奥歯の外側(頬側)部分の歯です。歯磨きを行う際にはこれらの箇所を特に意識し、歯石の付着を予防しましょう。

【歯石が付きやすい場所】



歯石を除去するために

歯石除去を自分で行うという方もいるかもしれませんが、自己流で行うと誤って歯や歯肉を傷めてしまいかねません。歯石は歯科医院で除去してもらいましょう。



歯石取りの頻度は、3~6ヶ月に1回程度が適切です。期間に幅があるのは、お口の状態によって歯石の形成速度も大きく変わるからです。

聖歯科クリニック
Hijiri Dental Clinic

広島市安芸区矢野西1丁目32-11
アイスタ矢野2F

0120-976-408



QRコードからHPをご覧ください



院長の挨拶コーナー 「年末のご挨拶」

月日が経つのは早いもので、今年も残りわずかとなりました。

この1年も、多くの方に支えられ充実した日々を過ごすことが出来ました。この場をお借りして感謝申し上げます。

何かと気ぜわしい毎日かと存じますが、おからだを大事になさってください。



院長 若松聖
広島大学歯学部卒業