

知覚過敏のふしぎ

治療を進めていくこともあります。

知覚過敏のリスクとなるような生活習慣たとえば力の入りすぎたブラッシング、歯ぎしりや食いしばり、酸性食品の習慣的摂取などを見つけて出し改善する。

生活習慣の見直しだけではしみる症状がなくならない場合は歯の表面にフッ素や専用のコーティング剤を塗布し外からの刺激を遮断します。しみる症状がなくなった場合も必要に応じてコーティング剤を再度塗布します。また噛み合わせを調整し、噛み合わせにより過度な力を受けている歯を解放させてあげることも大切です。

右記の二つで症状が軽減あるいは消失しない場合は神経で炎症が起きていると考えられ知覚過敏の起きている歯に対し歯質もできるだけ削らずに歯と同じ色の材料を詰め塞ぎます。段階的に治療を続けても改善されない場合は神経を取り除く処置が選択肢となります。しかし神経を取り除いた歯は耐久性が一段と落ちてしまうためあくまでも最終手段となります。

知覚過敏は患者様一人ひとりに原因がそれぞれあり原因の特定も容易ではありません。しかし、その症状に対して適切な処置を行うことで「しみる」という苦痛からすこしでも解放させてあげることができまます。また治療後も定期的

なメンテナンスを受けていただくことで症状の悪化を防ぐこともできます。それに加え患者様自身の日頃のセルフケアも大切です。「しみる」といつてブラッシングを疎かにするのではなく適切なブラッシングを行うことで虫歯や歯周病からも歯を守っていきましょう。

歯科衛生士 十文字



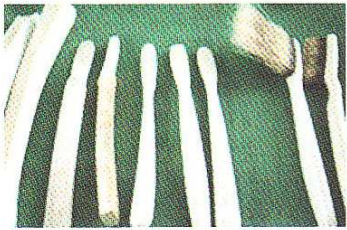
私たちは、通常時の勤務とは別に自主的に課題を決め、勉強した内容を毎月発表し合っています。

歯ブラシの歴史

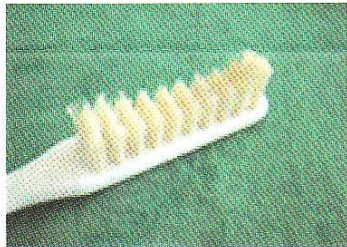
私達はいつ頃から、どのようにして歯を磨くようになり、また現在のような歯ブラシはいつ頃から使われるようになったのでしょうか。

歯磨きの歴史について実証される最も古い記録は紀元前1500年頃のエジプトのパピルスにあるものといわれています。

「歯木」と呼ばれる、ある種の木片を咬砕したもので歯面をこそいだのが始まりだと思われています。一般に日本における歯ブラシの起源は6世紀に仏教伝来とともに伝わられた「歯木」で



1906年(明治40年)



1950年(昭和30年)



1950年(昭和30年)

口腔清掃をすることに始まったといわれています。このような口腔清掃の起源には世界共通のものがあり、それは医学的な見地からではなく、信仰とともに起こったようです。人々は神に祈る前の身を清める作法の一つとして歯を清掃を行っていたとされています。

その後、現在の様な形の歯ブラシが一般に普及し始めたのは明治20年代の前半ころと考えられています。その当時の歯ブラシの毛は馬や豚、狸、羊などの獣毛を使っていたが、戦後の研究開発により昭和26年頃からナイロンの歯ブラシが出回るようになってきました。このようにして、現在の日本の歯ブラシは明治、大正、昭和、平成へと時代とともに歩んできてきているのです。

歯ブラシの選び方

現在市販されている歯ブラシには多種多様なものがあり、どれを購入したらよいのか迷ってしまうことも多いと思います。したがって、選ぶ際には、次の点を考慮して選ぶとよいでしょう。

歯科衛生士や歯科医師に、自分の口腔内にはどんなものが合うか相談してみる。

大きさは見た目と商品の対象者の表を参考にしましょう。

形は一般的には毛の面がストレートで柄がまっすぐなものが多いでしょう。

歯ブラシだけでは完全に歯垢を除去することは困難なため、デンタルフロスや歯間ブラシなど各個人の口腔内状態に合わせた清掃用具を併わせて使うことをオススメします。

ふじさき歯科医院ではブラッシング指導を行っております。歯ブラシの磨き方、清掃用具の使い方など丁寧に指導していきますので気軽に声をかけて下さいね。

歯科助手 名波