



ゴーストライターoが書く

日比谷歯科新聞～65号

皆様お元気でしょうか？ 8月です！地球温暖化で今年も暑いですね💧

夏バテ予防しながら楽しく夏休みお過ごしくださいね～♪

さて、今回はお口の最も恐ろしい病気『歯周病』です！

歯周病は、歯を支える骨や歯茎が炎症を起こし最終的には歯が抜けてしまうこともある病気です。

日本人の成人の約8割の方が軽度～重度の歯周病にかかっていると言われています。

歯周病の主な原因は歯垢（プラーク）です。プラークとは食べかすにお口の中の細菌が集まってできた粘り気のあるかたまりで、歯と歯、歯と歯茎の間に溜まっています。そしてこのかたまりによって炎症を起こします。



！！！こんな症状に注意！！！



- ・朝起きた時にお口の中がネバネバする
- ・歯を磨くと血が出る
- ・口臭が気になる
- ・歯茎が腫れている
- ・歯がグラグラする

予防が何より大切なんです！！

歯周病は早期の段階なら治療が可能です。毎日の正しいブラッシングと、定期的な歯科検診が何よりの予防になります。特に歯と歯茎の間にある歯周ポケットのケアが重要なんです💡

日比谷歯科医院では3ヶ月～6ヶ月に1回のクリーニングを推奨しています。

歯周ポケットに溜まっているプラークを除去することで歯石の付着を予防し、歯周病の原因を定期的に取り除くことで健康なお口を維持することが可能になります✨



エアーフローという器械は特殊な粉末によって痛みなくスッキリ汚れを除去します↑↑↑

しっかりケアをして予防していきましょう～Oでした👏

