



歯周病の予防に歯みがきが大切な理由



左上の絵は、戦国時代の「大坂の陣」の様子を描いたものです。大坂城でのいくさは、昨年、テレビドラマでも放送されました。

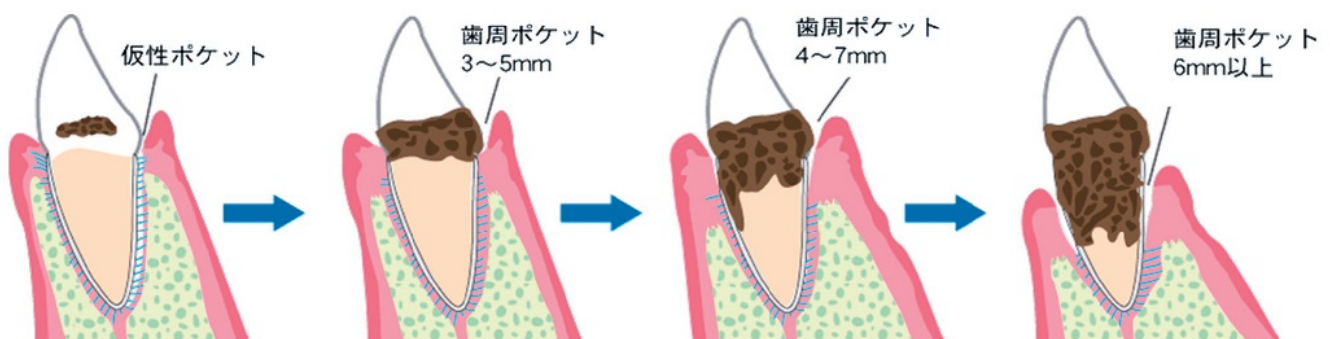
最初の「大坂冬の陣」では、右上の絵のように城を守る「お堀」によって落城しなかったのですが、「夏の陣」ではお堀を埋められてしまい、難攻不落の大坂城は、ついに落城してしまいました。

※大坂という漢字は明治維新後に大阪になったそうです。

歯の周りはお堀のようになっています。これを歯肉溝といいます。

歯肉溝が細菌のかたまり（歯垢や歯石）で埋まってしまうと、歯を支えるあごの骨が溶けてポケットと呼ばれる状態になるのです。

ポケットの中では、あごの骨を攻撃する細菌と、あごの骨を守る細胞とが戦いを続け、この戦いに負けると、歯が抜け落ちてしまうのです。



ポケットの中の戦いに細胞が勝利する作戦とは……
どんな武器も燃料がなければ動かない

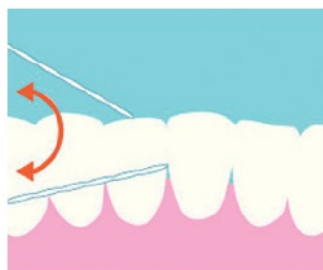


細菌の燃料……食べかす、歯垢、みがき残し
細胞の燃料……血管から運ばれる栄養、酸素

細胞には燃料を送り、細菌には燃料を取り去る作戦であれば、私たちは勝ってます。その作戦が歯みがきです。右のように、歯の根もとに歯ブラシを当てて、よごれを落として細菌の燃料を取り去り、歯ぐきをマッサージして栄養と酸素を送る作戦です。



歯ブラシでみがきにくい歯と歯の間は右のようにフロスという糸を使います。歯のみがき方やフロスの使い方は、かかりつけ歯科医院に相談しましょう。



大坂方は、少くからお堀を埋められても大丈夫だと甘くみていたら、いつの間にか大半のお堀を埋められてしまったようです。みなさんも気をつけましょう。

発行 一般社団法人 静岡県歯科医師会 静岡県健康福祉部

協力 静岡県教育委員会

連絡先 〒422-8006 静岡市駿河区曲金3-3-10

TEL. 054-283-2591 FAX. 054-283-3590 URL <http://www.s8020.or.jp>