

拔牙にはちゃんと理由がある!

放置厳禁!

残すより抜いた方がいい3つのケース

歯は大切な体の一部。ですから「拔牙」と言われると「本当に抜かなければならないの?」と思いますよね。そこで、**拔牙が必要になる3つのケース**について解説します。

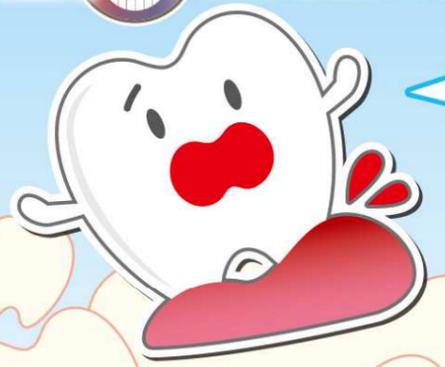
1. むし歯が進行している歯

むし歯が進行しボロボロになった歯をそのまま放置すると、**細菌に感染し、歯を支えている骨が溶ける・歯ぐきが激しく痛む**といったさまざまなトラブルの原因となります。また、歯の根の先端が細菌に感染して膿がたまっている場合も、骨などへの感染を防ぐため歯を抜くことがあります。



2. 歯周病が進行してしまった歯

歯周病は細菌によって歯を支える骨が溶けてしまう病気です。むし歯のように、歯そのものが悪くなるわけではないので、「抜かなくても…」と思いますが、**歯がぐらぐらするほど歯周病が進行**⇒そこには**たくさんの細菌が生息している**ということであり、その歯をそのまま残しておく、**周辺に健康な歯までもが歯周病に侵されてしまう恐れ**があるのです。そのため、歯周病でぐらぐらになった歯は将来のお口の健康のために抜かなければなりません。



3. 根っこが割れてしまった歯

歯の根っこが割れ、ヒビが入ると、そこから細菌が入り込みます。すると**歯の神経が細菌に侵され激しく傷んだり、歯ぐきが腫れる、顎を支える骨が溶ける**といった症状の原因となります。まずはヒビの修復を試みますが、毎日の食事などで歯に衝撃が加わるため、どうしてもふさぎきれないことがあります。このような場合は、周囲への影響を考え拔牙を選択することがあります。



歯科医院は、どのようなときもまず「歯を残す」ことを第一に考え、最大限の努力をします。しかし、無理に歯を残すメリットよりも、お口全体で考えた時のデメリットの方が大きいという場合、拔牙を選択します。拔牙は単にその歯を抜くだけでなく、皆さんの健康を守るために必要な処置ですので、どうかご理解くださいますようお願いいたします。

知って おこよう! こんなおやつは むし歯になりやすい!

むし歯の最大の原因は**むし歯菌が口内の糖分で酸を作り、歯を溶かす**こと。普段、だ液がそれを修復(再石灰化)してくれていますが、長時間口内に糖分があると再石灰化が追いつかずむし歯になってしまいます。糖分の中でも一番危険なのは砂糖(ショ糖)。つまり、「**砂糖が多く含まれ、長く口内に残るもの**」がむし歯になりやすいといえます。

高	とてもむし歯になりやすい	ガム・キャラメル・グミ・おめ・クッキー・チョコ・和菓子など 砂糖を多く使用し、食べ終わるまで時間がかかり、歯にくっついてなかなかとれない。もっともむし歯になりやすいおやつです。	
むし歯の危険度	むし歯になりやすい	ケーキ・シリアル・アイスクリームなど 砂糖が使われていますが、サクサク・パリパリ、あるいはすぐに溶けてしまうなど、口に含んでいる時間が短いおやつ。	
低	比較的むし歯になりにくい	砂糖不使用のせんべいやクラッカー、ポテトチップス・スナック菓子など 砂糖が使われておらず、口に含んでいる時間も短いため、むし歯になる危険性は比較的低いといえます。	

おやつを食べる時の2つのポイント

糖分が一切入っていないおやつだけを選ぶのは大変です。大切なのは糖分がお口の中にある時間をできるだけ短くすること。また、だらだら食べ続けることはむし歯だけではなく肥満の原因にも。

1. おやつの時間をしっかり決めそれ以外に食べることを控える
2. 適切な量だけを食べる

この2つがとても大切です!

もっちりん 忘れずにも!

間違い探し「豆まき」

右の絵と左の絵に違うところが10個あるよ!

探してみよう!