

# 刈谷市駅前の京極歯科だより

0566-21-0211

ニュースレター 第17号

平成25年9月1日発行

京極歯科の久田和明（ひさだかずあき）です。今回はお口の健康とメタボの関係について。また、院内の器具の紹介も。引き続き今回が第17号となります。



## 医院のお花

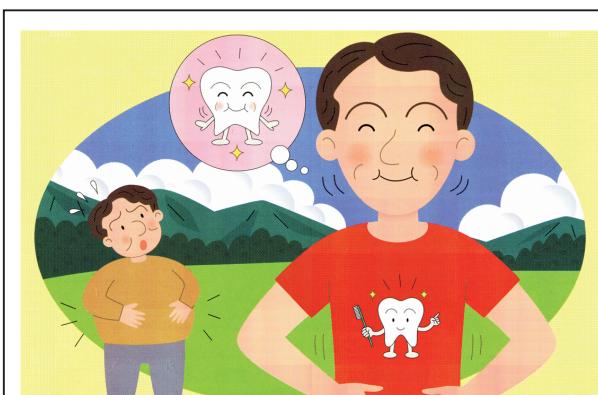


## ☆歯周病を防いでメタボも予防！！

『メタボと歯周病』一見なんの関係もなさそうですが、最近、両者の間には深い関係があることがわかつてきました。そもそも生活習慣病の予備群であるメタボの予防・改善には、バランスがよく肥満にならない食生活が基本です。よくかんで食べゆっくり食事をすることで、少ない量でも満腹感が得られます。が、よくかんで食べるには、歯が健康でなければなりません。

歯周病は歯の周りにつくプラークと呼ばれる細菌のかたまりが原因で、放置すると歯がぐらぐらになって抜けてしまうこともあります。なんと中高年の8割に発症するといわれ、成人の歯を失う最大の原因となっています。

メタボリックシンドロームは  
**なぜ怖い！**



歯周病は歯を失う原因になるだけでなく、からだ全体に影響を及ぼします。歯周病があると歯周病菌が動脈硬化、心臓病、脳卒中、糖尿病の悪化、骨粗鬆症、早産や低体重児出産のリスクを高めたり、誤嚥性肺炎（ごえんせいはいえん）を起こすことがあります。

そして、最近注目されているのが、メタボとの関係。メタボの人には歯周病が多く、両者に共通する危険因子が肥満と糖尿病。肥満と糖尿病がある人はメタボにも歯周病にもなりやすいのです。メタボと歯周病は同時に進行し、その結果、動脈硬化の進行が加速され、心筋梗塞や腎臓病で死亡する危険性が高まります。歯周病の予防はメタボの予防に大きくかかわっているのです。

## 《歯周病の予防》

歯周病の予防は、日ごろからの正しいケアと早めの治療で大切な歯を守ることが重要です。三か月に一度のメンテナンスをうけましょう！

# ☆ 院内器具の紹介

## “照射器” =小さなむし歯治療の必需品=

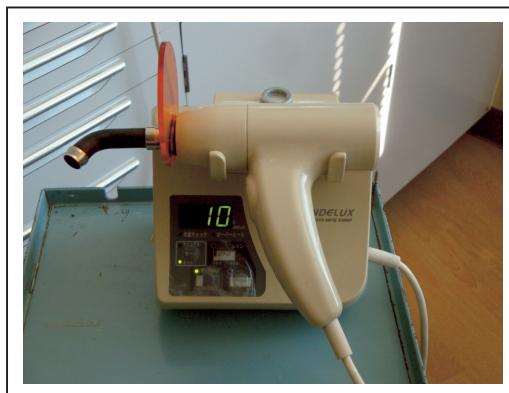
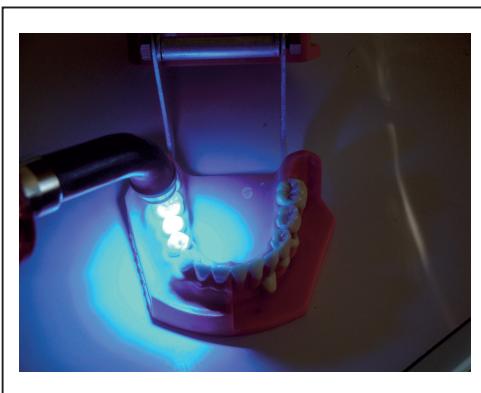
皆さんは「むし歯治療」と言えば、「つめもの」や「かぶせもの」を想像されますよね。

これらは型をとって模型をつくり、それを元に歯科技工士が製作するという流れが一般的。とても手間と時間がかかります。

### ・粘土状のプラスチックをつめる

しかし、それほど大きくない虫歯の場合は、「コンポジットレジン（CR）充填」とよばれる方法を使うと、その場ですぐに治療ができてしまいます。「コンポジットレジン」とは合成樹脂、つまりプラスチックのことです。悪くなつたところを削って、やわらかい粘土状のプラスチックを詰めて治療していきます。

でも「やわらかい粘土状のプラスチック」と聞いて「すぐに、取れちゃったり、形が崩れたりしないのかなあ?」と思われるかもしれません。しかし、心配はご無用!ちゃんとある道具を使うことにより、しっかりと固まります!その道具が今回紹介する「レジン照射器」です。



### ・光で固める「つめもの」

写真をご覧下さい。青白い光が見えますよね。この光をあてるにより粘土状のプラスチックがどんどん固くなっていくんですね。光の正体は強力な紫外線。もちろん人体には影響ありませんのでご安心を。光が強いので、うっかり直視してしまうと目が「チカチカ」することもありますが、口の中でスイッチを入れるので皆さんには安全です!

「コンポジットレジン（CR）充填」の技術は年々進化しています。より自然で美しく、より丈夫に。さらに硬化するスピードも速くなっています。このように歯科の技術は、皆さんの知らないところでどんどん進んでいます。

メタボを気にされている方は  
歯周病をケアしましょう!

歯周病が心配でしたら、気軽にお電話ください!



久田 和明

歯学博士

歯科理工学専攻

趣味はへたなゴルフ

京極歯科

〒448-0844 刈谷市広小路3-33 (木・日・祝は休診です)

電話予約 ☎ 0566-21-0211

ネット予約 インターネットで [刈谷市 京極歯科](#) で検索してください。(24時間対応)

HP…<http://www.kyougoku-dental.com> <http://www.ireba-aichi.com> <http://www.kyougoku.jp/>