

スマイルアップニュースの一覧

<p>商品番号：SUN003 インプラントを提案する理由</p>	<p>商品番号：SUN005 歯ぎしりに要注意</p>	<p>商品番号：SUN006 入れ歯の悩みを解決できる10の特徴紹介</p>	<p>商品番号：SUN007 しっかり噛めるインプラント</p>	<p>商品番号：SUN008 初期のむし歯は削らない</p>
<p>商品番号：SUN009 銀歯が金属アレルギーの原因に</p>	<p>商品番号：SUN010 歯と体に優しいセラミック</p>	<p>商品番号：SUN011 歯並びはキレイなほうがいい</p>	<p>商品番号：SUN012 拡大鏡を使った精密な治療</p>	<p>商品番号：SUN013 歯が丈夫だから健診はいらない</p>
<p>商品番号：SUN015 ホームホワイトニング</p>	<p>商品番号：SUN016 ジルコニアを使った歯科治療</p>	<p>商品番号：SUN017 歯のクリーニング</p>	<p>商品番号：SUN018 お口の環境と体の関係</p>	<p>商品番号：SUN019 口臭予防は大人のエチケット</p>
<p>商品番号：SUN020 歯がしみる</p>	<p>商品番号：SUN021 お口の変化を感じていませんか</p>	<p>商品番号：SUN022 自己判断で治療を中断すると</p>	<p>商品番号：SUN023 被せ物もチェックが必要</p>	<p>商品番号：SUN024 ブラークコントロール</p>
<p>商品番号：SUN025 保険診療と自費診療</p>	<p>商品番号：SUN026 カラダの不調とみあわせ</p>	<p>商品番号：SUN027 定期健診が大事な理由</p>	<p>商品番号：SUN028 歯の変色や黄ばみ対策</p>	<p>商品番号：SUN029 しっかり噛めるお口の環境</p>
<p>商品番号：SUN030 家族のお口の健康は大丈夫?</p>	<p>商品番号：SUN031 CADCAM 冠の特徴</p>	<p>商品番号：SUN032 無意識の癖に注意</p>		

次ページ以降で
各スマイルアップニュースの
内容を確認できます。

商品番号：SUN003 インプラントを提案する理由

A4版2つ折り／仕上がりサイズ：A5（148mm×210mm）

分からぬこと不安なことは何でもおたずねください。

インプラントに関してよくある質問

Q.インプラント治療は痛みや腫れがありますか？

A.インプラント治療は外科手術を伴います。手術中は麻酔を行いますのでほとんど痛みを感じることはありませんが、麻酔が切れた後は抜歯後のような痛みが出来ます。ですが、処方される痛み止めを早めに飲んでおくことによって、痛みを抑えることができますので安心ください。また、腫れに関しては抜歯後のように数日間は出ることがありますが、手術後の反応によるものですので自然に引いてきます。

Q.インプラントをした後の食事で気をつけることは？

A.インプラント手術後は傷口を感染させない、出血せないために傷口を開かせないことが大事です。そのため、インプラントを入れた側ではしばらく物を嘴まないよう気に気をつけましょう。また、辛い物、硬い物、熱い物、アルコール、香辛料のような刺激物などは傷口の痛みや腫れ・出血の原因になります。傷口が落ち着くまでにはこれらの物は控え、あまり噛まなくて済むような豆腐やおかゆ、スープなどを中心に食べるようにすると良いでしょう。

Q.インプラントを埋め込んだ後、仮歯は入れてもらえる？

A.インプラントを埋め込んだ後は、通常、骨とインプラントがくっつくのを数ヶ月待たなければならず、その間に最終的な被せ物を入れることができます。ですが、見た目に問題が出る場合には仮歯を入れることも可能ですし、インプラントの両隣の歯の移動を防ぐ目的で仮歯を入れることもあります。仮歯がどのようになるのかは、お気軽におたずねください。

歯を失った後の治療として
インプラント治療を提案する理由

お口の美容と健康情報を届ける
SMILE UP NEWS

「もっと早くしておけばよかった！」
入れ歯からインプラントに変えた方は知っている、インプラントの快適さ！

歯を失った後の治療として
インプラント治療を提案する理由

商品番号：SUN005 歯ぎしりに要注意

A4版2つ折り／仕上がりサイズ：A5（148mm×210mm）

マウスピースで就寝中の歯ぎしり 食いしばり対策

眠っている間に上下の歯が合わさることは誰にでもあります。しかし、その程度がひどければ、悪影響が起こる前に対処することが大切です。

歯ぎしりを周囲の人々に指摘されたことがある、歯が大きく磨り減っている、歯の知覚過敏がある、朝起きた時に顎の周囲がこわばっていたり痛みがある、といった方は就寝時にマウスピースをつけるといった対策があります。

マウスピースは市販品もありますが、しっかり歯型に合っていないとかみ合わせや歯並びに悪影響を及ぼす場合があります。

歯科医院で歯型をとって作る、自分のお口に合ったマウスピースを使いましょう。

歯ぎしりが原因で、歯がくさび状に欠ける場合もあります

歯の根元（歯のエナメル質と象牙質の境目付近）がえぐれたように削れてしまっている症候群を「くさび状欠損」といい、「歯ぎしり」や「食いしばり」が原因でなることもあります。

くさび状欠損になると、見た目にも影響しますし、くさび状に削れた部分に歯ブラシの毛先が当たって痛む、冷たいものを飲んだ時にしみるなどの知覚過敏の症状が出来ます。さらに何年も放っておくと、大きくなぐれて歯が折れてしまう事もあります。

くさび状欠損は、かみ合わせを調整し、寝ている間にマウスガードを装着するなどして、進行を予防できることがあります。歯の根元のすり減りが気になりだしたら早めにご相談ください。

音がない歯ぎしりに要注意

あなたも気づかないうちに歯ぎしりしているかも！

歯科医院で作るマウスピースで就寝中の歯ぎしりから歯を守ろう！

歯ぎしりは早目の対処が大事です

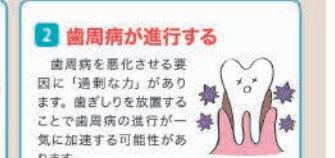
皆さんは歯ぎしりをしていませんか？実は、歯ぎしりは自分で自覚している人もいれば、自分で全く気がついていない場合も結構あります。

歯ぎしりというと、歯をギリギリこすり合せるイメージがあるかもしれません、音がない歯ぎしりもあります。この場合は本人のみならず周囲の人々にも気づかれにくいため、放置されて様々なトラブルの原因になることもありますので要注意です。「私は丈夫」と思っているアナタも実は歯ぎしりに気がついていない可能性があります。

歯ぎしりにはこんな悪影響が

歯ぎしりは体重などの力が歯にかかり続けると言われており、それによって次のような悪影響が及ぶ可能性があります。

1 歯が異常にすり減る



上下の歯をギリギリし続けることで、歯がすり減り、歯の高さが低くなっています。

無意識で歯を強くかみしめたり、くしゃむるタイプ

タッピング

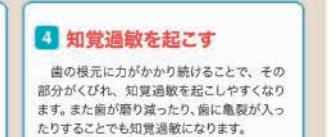
歯をカチカチとすばやく合わせるタイプ

クレンチング

音がない歯ぎしりには
無意識で歯を強くかみしめたり、くしゃむるタイプ

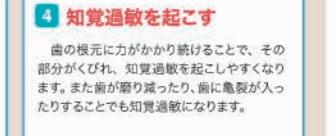
一定の場所だけキリキリこすり合せるタイプ

2 歯周病が進行する



歯周病を悪化させる要因に「過剰な力」があります。歯ぎしりを放置することで歯周病の進行が一気に加速する可能性があります。

3 歯が欠けたり割れたりする



歯が欠けたり割れたりする原因に歯ぎしりが大きくなっています。

一定の場所だけキリキリこすり合せるタイプ

4 知覚過敏を起こす



歯の根元に力がかかり続けることで、その部分がくびれ、知覚過敏を起こしやすくなります。また歯が磨り減ったり、歯に亀裂が入ったりすることでも知覚過敏になります。

5 顎の関節に悪影響を及ぼす



強く噛み続けることで、周囲の筋肉が緊張状態になり、顎の関節にも大きな負担がかかり続けます。そのため、口が開きにくくなり、顎の周囲に痛みが出る原因になります。

6 その他



肩こり、頭痛など全身への影響。就寝中の周囲の方への影響。

見本

インプラント治療を提案する理由

入れ歯やブリッジは周囲の歯に負担が！

歯を失った場合の治療法には、ブリッジ・入れ歯・インプラントがあります。日本では、ブリッジや入れ歯は保険が適用されることもあり、一般的な治療になっています。しかし、ブリッジや入れ歯とインプラントでは周囲の健康な歯へ与える影響に大きな違いがあるのです。

インプラントは周囲の歯に負担をかけない

インプラントは天然の歯が歯ぐき（歯槽骨）に支えられているように、歯槽骨にチタンを埋め込み、その上に被せ物（歯冠）を取り付けます。そのため、天然の歯のようにしっかりと噛め、見た目もよく、ブリッジや入れ歯のように周囲の健康な歯への負担はありません。

このことが次のように、将来の体とお口の健康につながります。

1. 周囲の健康な歯が長持ち

2. 天然の歯が残ることで、よく噛める

3. 健康的な生活、将来の医療費を抑える

入れ歯で苦労した方は知っている！インプラントの快適さ

入れ歯の方は、毎日、負荷がかかります。しかし、インプラントの方は、よほ早食快く食べられるだけではありません。

商品番号：SUN006 入れ歯の悩みを解決する入れ歯

A4版2つ折り／仕上がりサイズ：A5（148mm×210mm）

入れ歯には大事な役割があります

作った入れ歯を付けないと入れ歯が合わなくなるだけでなく、お口の中にも様々な悪影響を及ぼします。入れ歯には大事な役割があります。作った入れ歯はちゃんとつけましょう。

入れ歯の役割

「噛む力の維持」	「身体のバランスを保つ」
しっかり噛めること が胃腸の負担を減らし、脳の活性化につながる	かみ合わせが安定することで、頭や全身のバランスが保たれ、転倒を防いだり姿勢もよくなる
「残っている歯の保護」	「発音や表情を良くする」
残っている歯が移動したり倒したりして、かみ合わせが悪くなることを予防	歯が抜けたままだと発音しづらい音もはっきり発音でき、表情も豊かになる

入れ歯も定期的なチェックが大事！

びたっと合っていた入れ歯も、年月の経過と共にお口の中の状態が変化すると、合わなくなってしまいます。合わない入れ歯を使っていると、口内炎や歯ぐきに傷ができ痛みを生じたり、汚れがたまりやすくなったり、残っている歯を悪くしてしまう事もあります。

入れ歯と残っている歯を長持ちさせるためにも定期的なチェックとお手入れが大事です。

お口の美容と健康情報をお届けする
スマイルアップニュース

SMILE UP NEWS

快適な入れ歯づくりはお任せください!

商品番号：SUN007 しっかり噛めるインプラント

A4版2つ折り／仕上がりサイズ：A5（148mm×210mm）

噛む力は大事

お口の役割のひとつ「噛む」役割。おいしく食事をとるためにも「噛む力」がしっかりと備わっている事は大切です。しかし、歯を多く失うと「噛む力」は弱くなり、美味しく快適に食事できないばかりか、バランスの良い十分な栄養がとれず全身の健康にも影響を及ぼします。「噛む力・機能」を回復するためには、歯を失ってしまった部分を補う治療法も重要なポイントです。インプラントは噛む力が天然の歯に近いため快適に食事ができます。

噛む力の比較

	強		弱
天然の歯			
インプラント			
ブリッジ			
部分入れ歯			
総入れ歯			

噛む効果

- 唾液の分泌が増えることで消化や吸収をよくする
- 表情筋が鍛えられ表情も豊かに、美肌効果もあります
- 満腹中枢が刺激され食べすぎを防ぎダイエットに
- 唾液の分泌が増えむし歯予防に
- しっかりと噛んで食べると様々な良い効果があります
- 噛むことで脳も活性化

お口の美容と健康情報をお届けする
スマイルアップニュース

SMILE UP NEWS

入れ歯やブリッジの問題点を解消する インプラント治療

Apple
Meat
Carrot
Corn
Rice cracker
Lazily

インプラントで
しっかりと噛める
お口の環境を

**あきらめないで、
まずはご相談
ください。**

今使っている入れ歯は、金属のバネが見て見た目が気になる、合わなくて痛い、違和感が気になる、食べたい物が食べられない、でも仕方ない…とあきらめていますか？

自費の入れ歯は、より自分に合ったタイプの入れ歯を作ることが可能です。

入れ歯には保険適用のものと自費（保険適用外）のものがあります。保険の入れ歯は、安価に作ることができますぐ、使用できる材料設計に制限があり、「噛む機能の回復」を主眼においた入れ歯ということになります。そのため、見た目や快適さなどに関しては満足な結果が得られないこともあります。

それに対し、自費の入れ歯は費用は高額になりますが、使う材料や設計も自由に選べるため見た目や使い心地など、より自分に合ったタイプの入れ歯を作ることが可能です。

入れ歯でお困りのことがありましたら、
お気軽にご相談ください。

様々なタイプの入れ歯が悩みを解決！

Type 1

磁石の力で
しっかりと固定

- 見た目が良い
- お手入れが簡単
- 金属のバネが不要
- 違和感が少ない
- ピタッと固定、よく噛める

Type 2

金属の床で
違和感が少
ない

- 薄くて丈夫
- お口の中の違和感が少ない
- 熱い、冷たいといった温度が伝わりやすい

Type 3

金属のバネが
なく気づかれ
にくい

- 見た目が良い
- 軽くて柔らかい
- 違和感が少ない

Type 4

ピタッと
くっつく
シリコン製

- 見た目が良い
- よく噛める
- 齒ぐきが痛く無い
- 吸着性が良く外れにくい

Type 5

インプラント
併用タイプ

- 見た目が良い
- お手入れが簡単
- 金属のバネが不要
- 違和感が少ない
- ピタッと固定、よく噛める

インプラント治療

インプラント治療とは、むし歯や歯周病などで歯を失った部分の顎の骨にインプラント（人工歯根）を埋め込み、その上に被せ物をすることで噛む機能を回復する治療のことです。インプラントは主にチタンでできており、金属アレルギーなどを起こしにくい、体にとても優しい治療法です。



日本では健康保険が適用される入れ歯やブリッジが主流ですが、インプラントは周囲の歯を削ったり負担をかけない、自分の歯に近い感覚で噛めるなど、入れ歯やブリッジの問題点をほぼ解消できる理想的な治療です。

よく噛めうから
なんでも食べらえうね

POINT 1 しっかり噛める

入れ歯の場合、食材によっては噛み碎いたり、噛み切ったりすることが困難なことがあります。
インプラントは自分の歯に近い感覚で噛めるから、食事も快適で何でも食べられます。栄養も十分にとれると、健康な体を維持でき、病気の予防や将来の医療費の抑制につながります。



An illustration showing three cartoonish teeth with smiling faces. The middle tooth is slightly larger and has a small dental implant post visible at its base. Each tooth has a small pink circle with a number: the left one has '1', the middle one has '2', and the right one has '3'. There are also small yellow star-like shapes above the teeth.

POINT 3 見た目がキレイ
保険治療の入れ歯やブリッジは、機能回復が主な目的なので見た目が不自然だったり、入れ歯のバネが見えたりします。
インプラントの被せ物は、セラミック素材を使うことで天然の歯と同じように仕上がるので、見た目もキレイです。

商品番号：SUN008 初期のむし歯は削らない

A4版2つ折り／仕上がりサイズ：A5 (148mm×210mm)

一度削った歯をさらに削らないために健診を！

お口の美容と健康情報をお届けする
SMILE UP NEWS

初期のむし歯はできる限り削りません！

「歯を削って治療」の繰り返しには限界があります

初期のむし歯 → 少し削る → 白い詰め物

ごく初期のむし歯 → 少しだけ削る → 銀歯の詰め物

劣化、隙間がむし歯 → さらに大きく削る → 銀歯の被せ物

劣化、隙間がむし歯 → これ以上は削って治療はできません → ストップ！

劣化、隙間がむし歯 → 根っこトラブル

ごく初期のむし歯なのでできる限り削らずに治しましょう！

商品番号：SUN009 銀歯が金属アレルギーの原因に

A4版2つ折り／仕上がりサイズ：A5 (148mm×210mm)

注目のセラミック治療

プレスセラミック

噛む力が強いと割れやすい、という従来の欠点を補ったプレスセラミックは、透明感のある美しさと強度を備えています。奥歯の詰め物にも適応できます。

すべてセラミック

キレイで丈夫かみ合う歯にもやさしい

ジルコニア+セラミック

美しさと強度を備えた、人工ダイヤモンドとも言われるジルコニアの表面にセラミックを施した被せ物で、これまで金属でしかできなかった本数の多いブリッジも適応できます。

セラミック層

内側のジルコニア層

ブリッジもOK

CAD/CAM

コンピュータによって被せ物などを設計し、セラミックのブロックを機械で削り製作します。歯科技工所のコストがない分、比較的リーズナブルにセラミックの白い歯を入れることができます。

SMILE UP NEWS

えっ、銀歯が金属アレルギーの原因に？

お口の美容と健康情報をお届けする
SMILE UP NEWS

注目のセラミック治療で金属アレルギー対策

見本

SMILE UP NEWS

ごく初期のむし歯は削らない理由

むし歯に関して、ひと昔前までは「疑わしいものはとにかく削ったほうが良い」というような認識が一般的でした。しかし、最近では「削らずに済むものは、なるべく削らない」という流れになってきています。「そのままだと、むし歯が大きくなるのでは？」と心配されるかもしれません。がく初期のむし歯で再石灰化の見込みがある歯であれば、歯科医師の管理のもと環境を整えることで、むし歯の進行を防いでいることもあります。

歯を修復する再石灰化の働きとは

お口の中は食事のたびに酸性に傾いて、歯のミネラル成分（リン酸・カルシウム）が溶け出す脱灰が起こり、その後、唾液の作用により唾液中のミネラルが歯に沈着する再石灰化を繰り返しています。この脱灰と再石灰化のバランスは、私たちの食生活や生活習慣によって大きく左右されます。脱灰のスピードに再石灰化が追いつければ、初期のむし歯ができ、その後適切な対処をしなければ、歯に穴が空いて本格的なむし歯へ進展してしまうのです。

脱灰と再石灰化のバランスがくずれると、むし歯になります。

むし歯の進行を防ぐためのポイント

ホームケアとプロケアの両立

むし歯は3つの要素「歯の質」「糖質」「細菌」が重なった状態が長くなるほどむし歯になります。逆に、この状態を短くすることがむし歯予防につながります。そのためには、歯磨きや食習慣の改善、歯科医院でのフッ素塗布や歯のクリーニングなどホームケアとプロケアの両立が重要です。

食べ物やおやつの間に注意

右のグラフはお口の中の中性と酸性の変化をあらわしたもので、お口の中は普段は中性に保たれていますが、食事することで酸性になります。むし歯になりやすくなる状態になります。その後、唾液の働きで30分くらい経つと中性に戻ります。食事の時間が長かったり間食が多いと、下図のように酸性になる時間が増え、むし歯になりやすい状態も増えることになります。むし歯予防には、何も食べていない時間を持つことも大切です。

お口の中の中性・酸性の推移 (pH)

飲食開始 中性へ戻る

ph5.4:歯が溶けはじめる境界

酸性

むし歯になりやすい状態

食事の回数が多いと酸性の時間も増える

朝食 おやつ 昼食 間食 夕食 ジュース

中性 酸性

むし歯になりやすい状態

SMILE UP NEWS

銀歯にはこんなリスクが！

銀歯の治療では銀歯をはじめ、金属を使うことがあります。歯科の保険治療で使用されている金属は、金属アレルギーを起こすことがあるという点で大きな問題になっています。

保険治療では、ある程度の大きさのむし歯の治療となると、ほとんどの場合、銀歯を選択せざるを得なくなります。しかし、この銀歯は、唾液など様々な影響でイオン化して溶け出し、歯茎が黒ずんだり、体内に取り込まれて垂露膿瘍症（しうせきのうこうじょう）やアトピー性皮膚炎、尋常麻疹、その他難治性の皮膚炎などの様々なアレルギー症状を起こしたりすることが最近分かってきました。口の中に症状が出ないことも多いため、歯科治療で使った金属が原因で、知らず知らずのうちに金属アレルギーになっていることもあります。

金属アレルギーになる前に、ノンメタル治療でやりかえを！

ノンメタル治療とはメタルフリー治療とも呼ばれ、「金属を一切使わない治療」という意味を表しています。金属アレルギーは、現在発症していないても、ある日突然発症する可能性があります。また、発症しても気がつきにくいのが厄介なところです。既にお口の中にある銀歯などの金属をノンメタル治療でやりかえることで、金属アレルギーの原因を取り除くことができます。気になる方は、お気軽にご相談ください。

将来を考えると、やっぱりノンメタル治療かな

金属アレルギー対策

ノンメタル治療では

- ・ジルコニア
- ・セラミック
- ・ハイブリッドセラミック
- ・レジン（プラスチック）

保険治療で使われる金属

- 銀歯
- 前歯の内面
- 被せ物の土台
- 入れ歯のバネ

ノンメタル治療では

- ・セラミック
- ・ジルコニア

- ・グラスファイバー
- ・レジン（プラスチック）

- ・金属のバネがない入れ歯

見本

SMILE UP NEWS

商品番号：SUN010 歯と体に優しいセラミック

A4版2つ折り／仕上がりサイズ：A5 (148mm×210mm)

**むし歯治療＝銀歯
先進国では日本だけ**

近年は口元の見た目への関心が高くなってきたこと、銀歯が金属アレルギーを起こすリスクが周知されてきたことなどにより、セラミック治療を希望する人が増えてきています。

日本の保険制度では、奥歯がむし歯になると小さなむし歯でない限り、ほとんどが銀歯になるので、日本人にとって銀歯というのは「ベーシックな治療」という認識になっているかもしれません。

しかし、日本のように銀歯が当たる前にいる先進国はありません。その理由には、次のような違いもあるからです。

- 1. 歯に対する意識の違い**

日本：銀歯ですか？ 先進国：白い歯はステータスデス 銀歯はマイナスポイントデス
- 2. 保険制度の違い**

日本：保険制度の充実 1割負担 3割負担
銀歯であります
銀歯ができないから治療費タクシードだから予防を確保マス

先進国：保険制度の充実 1割負担 3割負担
銀歯であります
銀歯ができないから治療費タクシードだから予防を確保マス
- 3. 銀歯の費用の違い**

日本：銀歯のほうがこんなに違うのか
先進国：銀歯も高い

**お口の美容と健康情報を届ける
SMILE UP NEWS**

被せ物や詰め物は キレイで歯と体に優しい セラミック治療を！

体に優しい 歯に優しい 見た目もキレイだよ

SMILE UP NEWS

商品番号：SUN011 歯並びはキレイなほうがいい

A4版2つ折り／仕上がりサイズ：A5 (148mm×210mm)

歯並びの状態が原因で不正咬合に！

かみ合わせが悪い状態を「不正咬合」といい、歯並びの状態も大きく影響します。不正咬合は体に様々な不調を起こすことがあります。以下に、不正咬合による代表的な体の不調を挙げていますが、これ以外の不調を起こすこともあります。気になる方はご相談ください。

むし歯・歯周病

日々で歯磨きできることでむし歯や歯周病のリスクが高くなります。また、特定の歯にかみ合わせの負担がかかりすぎて歯周病が悪化しやすくなります。



頭痛・肩こり・首の痛み・腰痛

喉まで歯磨きできることでむし歯や歯周病になり、そこにつながっている他の筋肉が緊張したり、体の平衡バランスが崩れることがにより、頭痛・肩こり・首の痛み・腰痛などの不調を引き起こすことがあります。



頭関節の痛み・雜音

頭の関節に負担がかかり、頭関節の痛みや口を開け閉じる際に雜音がある「頭関節症」の原因になることがあります。



口臭

磨き残しが多い、出っ歯などでかみ合わせが悪いため口が閉められず唾液が乾く、といったことで細菌が繁殖し口臭の原因になります。



肥満

よく噛めないことにより、丸のみや早食いになり肥満の原因になることがあります。



胃腸への影響

うまく咀嚼できなかったり、唾液による消化が十分に行われないことで、胃や腸に負担がかかりやすくなります。



お口の美容と健康情報を届ける
SMILE UP NEWS

歯並びは キレイなほうがいい！

キレイな歯並びは笑顔も素敵



セラミック治療を提案する理由

セラミック治療というと、天然の歯に近い透明感や色調を再現できるため「歯を白く美しくできる審美的な治療」というイメージを持っている方が多いと思います。しかし、歯科医師がセラミック治療を勧める一番の理由は、見た目の美しさ(審美性)よりもむし歯を長持ちさせ、健康面にも良いというメリットがあるからです。

セラミック素材は、体に優しく劣化や変色がない

劣化・変色しないので、美しさを維持できる
保険の前歯は表面がプラスチックのため変色しますが、セラミックは劣化・変色・着色などがないため、年月が経っても治療後の美しさを持続します。

数年後 保険の差し歯 全てセラミック

むし歯が再発しにくい
セラミックは変形によって「歯との間に隙間を作る」ということがないので、再度むし歯になるリスクが減ります。

銀歯は劣化・変形で隙間がむし歯に

だから再治療が減り

歯を長持ちすることに繋がる
天然の歯が残ることで、よく噛める

衛生的で、口臭の原因になりにくい
セラミックは唾液を吸収したり、歯がつかないため、細菌が繁殖しづらく、口臭の原因になりにくいのも特徴です。また、汚れや歯垢が付着しにくく衛生的です。

快適な食事、脳の活性化

健康的な生活、将来の医療費を抑える

【保険適用（銀歯）】歯垢がつきやすい
【保険適用外（セラミック）】歯垢がつきにくい

お口の美容と健康情報を届ける
SMILE UP NEWS

SMILE UP NEWS

歯並びが気になるけど、矯正器具が目立つのは恥ずかしい、という理由で矯正治療に踏み切れない人は多いようです。確かに矯正治療は「器具が目立つ」というイメージが強いかもしれません、最近は目立たないように矯正する方法がいくつかあり、大人で矯正をする方も増えています。

いろいろな矯正治療の方法

ブラケット矯正

最もスタンダードな矯正方法です。歯の1本1本に「ブラケット」という矯正器具を取り付け、そこにワイヤーを通して引張る事で矯正します。歯の表面に器具を取り付けるため、見た目が悪くなるのが難点です。過去の十分な実績があり、信頼性の高い矯正治療の方法です。



裏側ブラケット矯正

歯の裏側（舌側）にブラケットを取り付ける矯正方法です。通常のブラケット矯正のようく表に金属が出ないので、見た目が悪くならないのがメリットです。しかし、表にブラケットを取り付けるよりも、技術的に難しくなり、治療期間が長くなります。また、費用も割高になります。

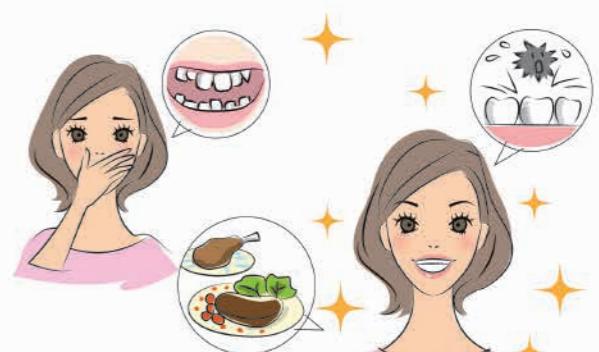


マウスピース矯正

取り外し可能なマウスピースを使った矯正方法です。矯正専用のマウスピースを交換して、歯を徐々に移動させます。歯の凹凸が軽度の矯正が可能ですが、歯を大きく移動する必要のある矯正は向いていません。



矯正治療で歯をキレイに並べるメリット！



矯正治療の目的は、歯を理想的な位置に治していく事です。歯並びを整えることで見た目の美しさ以外にも、様々なメリットがあります。

歯並びが悪いことで見た目がコンプレックスを持ち、心理的に影響を与えることがあります。矯正で歯並びが整うことで、自分に自信が持てるなど、心理的に嬉しい効果があります。

美しい食べられる
歯並びを整えると、歯のかかる力が良くなり、調和のとれた顔立ちになります。また、歯並びが改善すると、歯周病菌などのリスクが減ります。

見えた目が美しくなる
キレイな歯並びになり、見た目が美しくなります。矯正によって、かみ合わせも良くなり、顎の筋肉のバランスも良くなると、歯周病になりにくくなります。また、調和のとれた顔立ちになります。歯並びが改善すると、歯周病菌などのリスクが減ります。

商品番号：SUN012 拡大鏡を使った精密な治療

A4版2つ折り／仕上がりサイズ：A5（148mm×210mm）

拡大鏡を使った精密な治療は2次カリエスのリスクを減らします

「カリエス」とはむし歯のこと、一度治療したところが再度むし歯になってしまうことを「2次カリエス」と言います。2次カリエスは詰め物や被せ物の劣化や、歯にくっついているセメントの劣化、治療の精度の悪さ、そして不十分な歯磨きが重なることで起こります。拡大鏡を使った治療は、詰め物や被せ物と歯の適合状態を精密に確認できるため隙間も減り、2次カリエスのリスクを減らします。

その他の2次カリエス対策

歯垢をためないようにする
まずはむし歯の原因となる歯垢をためないことが大事です。毎日の歯磨きはもちろんのこと、間食や糖分に気をつけるなど、食生活にも注意を払いましょう。

劣化しにくい材料を選ぶ
保険適用の材料は歯垢付きやすく、劣化して歯との間に隙間ができる欠点があります。保険はきませんが、セラミック素材を選ぶことで劣化せず歯垢がつきにくくなるので、2次カリエスのリスクを大幅に下げることができます。

歯科医院で定期的にチェックを受ける
詰め物や被せ物を入れた後のお手入れも大事です。毎日の歯磨きだけでは完全に汚れを落とすことは不可能で、普段の汚れがむし歯を作ってしまう原因になります。歯科医院で定期的に歯のクリーニング、詰め物や被せ物のチェックを受け、もし問題があれば早期に対処することも重要です。

お口の美容と健康情報をお届けする SMILE UP NEWS 小さなむし歯も見逃さない！ 拡大鏡を使った精密な治療を行っています

SMILE UP NEWS

商品番号：SUN013 歯が丈夫でも健診は必要

A4版2つ折り／仕上がりサイズ：A5（148mm×210mm）

歯が強い人と弱い人、何が違う？

あまり歯磨きを頑張っているわけでもないのに「むし歯にならない人」がいる一方、歯磨きをこまめにやっているのに「むし歯ができてしまう人」がいます。この違いは何なんでしょうか。歯の強さ（むし歯のなりにくさ）を決める要素には次のことがあります。

歯の強さが決まる要素

■体質
歯の強さを決めるものに体質が関係していることもあります。例えば、生まれ持った歯菌への抵抗力、そして唾液の性質などがあります。唾液が少なく粘っこいむし歯になりやすい傾向があります。

■むし歯菌の数
むし歯は細菌感染症です。ほとんどは乳幼児期に親から感染します。感染する年齢が低いほどむし歯菌の量が多くなり、その後の人生でむし歯になりやすくなると言われています。

■歯並び・かみ合わせ
歯並びが悪いとすみずみまで磨くことが難しくなるため、むし歯のリスクが高まります。また、出っ歯や開咬（かみ合わせても前歯がかみ合わない状態）などは、口が閉めにくくことにより口の中が乾燥し、唾液の作用が働きにくくなるため、むし歯になりやすくなります。

■食事の仕方
間食が多い人や、糖質の摂取量が多い人、酸っぱいものや甘い食べ物を多く食べている人は歯垢がつくる酸や、飲食物に含まれる酸で歯が溶けやすくなります。また、歯磨きを怠らず、やわらかいものばかり食べている人は歯垢がつまりやすくなり、むし歯になりやすくなります。

お口の美容と健康情報をお届けする SMILE UP NEWS 歯は丈夫だから健診はいらない その考えは危険です！

お口の美容と健康情報をお届けする SMILE UP NEWS

○しっかりチェックできる
細かい部分までよく見えるため、小さなむし歯やその他の問題を見落とすことがなくなります。肉眼で見る場合に原因がわからないケースでも、拡大鏡を使うことで原因がはっきりするケースもあります。

○歯を削る量が減る
肉眼であればむし歯の状態を見やすくするために、健康な部分まで削らなければならぬケースでも、拡大鏡を使うことでよく見えるため、歯を削る量を最小限にとどめることができます。つまり、健康な部分を極力残す治療が可能になります。

○詰め物、被せ物の精度が上がる
拡大鏡で詰め物や被せ物の適合状態をより精密に確認できるため、より長持ちする詰め物や被せ物を入れることが可能になります。

● 拡大鏡を使った治療は、患者様に様々なメリットがあります。

○ 細かい汚れも取り除ける
歯石除去や歯のクリーニングの際、細かい汚れも見逃さなくなるため、より完璧に近いきれいな仕上がりになり、歯や歯茎をより健康な状態に保つことができます。

○ 痛みを軽減できる
歯を削る量を少なくできるので、麻酔をしなくとも痛くなく治療ができるケースが増えます。

○ 歯の根の治療の精度が上がる
歯の根の治療というは非常に見えにくいため、肉眼で行う場合、奥の部分を見やすくするために健康な部分を削る必要があります。根っこの中が複雑な形の場合、管を見逃してしまったりすることがあります。

● 例え、肉眼ではこれくらいが数倍よく見えます
※拡大鏡の倍率で変わります

SMILE UP NEWS

歯が丈夫な方でも健診が必要な理由

歯が丈夫な方でも歯科健診を受けた方がいいことをご存知ですか？これまでほとんどむし歯になったことがない「自分は歯が丈夫だ」と思い、「歯医者に行く必要なんてない」と思うかもしれません。しかし、その考え方はとても危険です。実は歯医者へ行く機会が少ないと様々なリスクがあるのです。



歯医者へ行く機会が少なの方のリスク

1.歯周病が重症化して歯を失うことになる

歯が丈夫でも、歯を支える骨などが弱ってしまう「歯周病」にかかることがあります。歯周病はかなり進行しなければ症状を出さないため、「歯が丈夫だから」と歯医者に行かないといふと、気がつかないうちに重症化して歯を失うことになってしまうことがあります。特に、歯磨きをしなくてむし歯になりにくい、といふようなタイプの人は、お手入れが不十分なことが多く、中年以降に急激に歯周病が進んでしまうことがあります。



2.見えづらい位置からむし歯が進行している

むし歯には「深い穴を開く深い」というイメージがありますが、見た目で分かれにくいむし歯や、痛みを出さないむし歯も多くあります。明らかにむし歯と分かる頃には、ひどく進行してしまっている場合が多いので注意が必要です。



3.口の中のガンなどの病気の発見が遅れる

歯科の健診ではむし歯と歯周病のチェックだけをするではありません。口の中にできた他の病気や異変をチェックすることも大事な健診の役割なのです。全く歯医者に行かないでいると、このような異変を見逃してしまい、手遅れになってしまふことがあります。



やっばり健診は大事！

○歯が丈夫で歯医者へ行く機会がない方

- 歯周病が進行・痛みなどの症状なし
- 見えづらいので気付きにくい
- 歯周病が重症化・歯ぐきから出血・歯がグラグラなどの症状が

○お口のトラブルや健診で歯医者へ行く機会が多い方

- お口のトラブルを早期発見でき、経過観察や簡便な治療で歯を削る量も最小限で済む。歯石を取ることで歯周病を予防。
- お口のトラブルを早期発見でき、経過観察や簡便な治療で歯を削る量も最小限で済む。歯石を取ることで歯周病を予防。
- お口のトラブルを早期発見でき、経過観察や簡便な治療で歯を削る量も最小限で済む。歯石を取ることで歯周病を予防。

SMILE UP NEWS

商品番号 : SUN015 ホームホワイトニング

A4版 2つ折り／仕上がりサイズ : A5 (148mm×210mm)



白い歯に対する海外との意識の違い

ホームホワイトニングで手軽に白い歯をゲット!

笑顔から溢れる白い歯は笑顔を魅力的に見せます。

商品番号 : SUN016 ジルコニアを使った歯科治療

A4版 2つ折り／仕上がりサイズ : A5 (148mm×210mm)



セラミックやジルコニアの被せ物を作る
CAD/CAMシステム

キレイで体に優しいジルコニアを使った歯科治療



自宅で手軽にできる歯のホワイトニング

ホームホワイトニングの特徴

ホームホワイトニングの基本的な流れ



ジルコニアを使った被せ物が注目されているワケ

ジルコニアは次のような人に特にオススメです

商品番号 : SUN017 歯のクリーニング

A4版 2つ折り／仕上がりサイズ : A5 (148mm×210mm)



歯のクリーニングで 口元のイメージアップと むし歯や歯周病の予防を



歯みがきで取れない汚れや着色は 歯のクリーニングでキレイに！

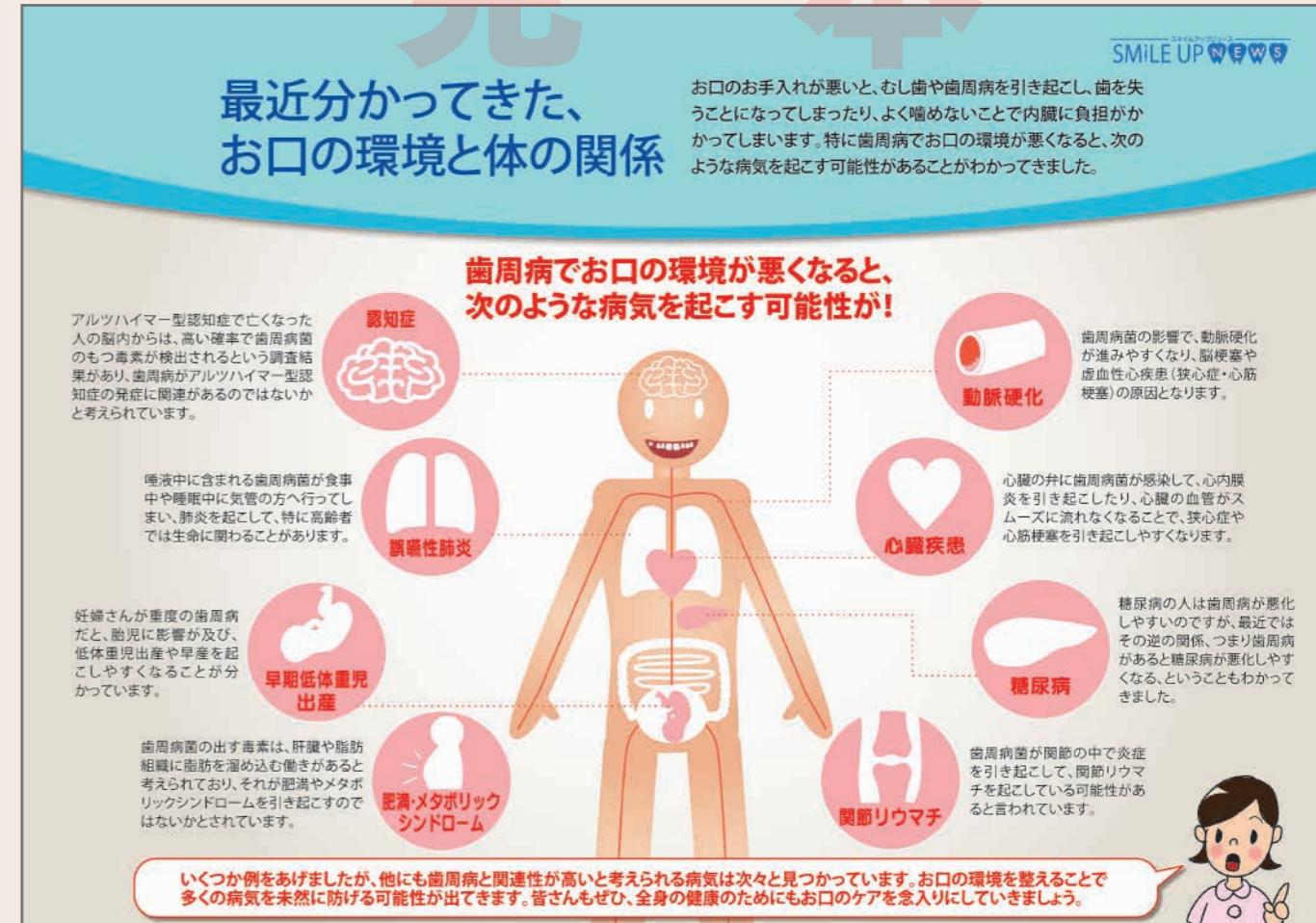


商品番号 : SUN018 お口の環境と体の関係

A4版 2つ折り／仕上がりサイズ : A5 (148mm×210mm)



最近分かってきた、 お口の環境と体の関係



商品番号 : SUN019 口臭予防は大人のエチケット

A4版 2つ折り／仕上がりサイズ : A5 (148mm×210mm)

定期的な歯石除去で歯周病と口臭の対策を

■歯石は口臭の原因に
歯石の表面には常に汚れや細菌がくっついている状態なので、歯石がついていると歯磨きをしても口臭がひどくなります。また、歯石がついていると歯茎の溝が塞がれる形となり、歯茎の中の酸素が少ない状態になってしまいます。そうなると空気が燃いで悪臭のガスを放つ細菌が増えてしまいます。

■歯周病も口臭の原因に
歯石の表面はザラザラしており、拡大して見ると、無数の穴やくぼみがあります。この穴やくぼみが歯周病細菌の足場となり、毒素を出し続け歯周病を悪化させます。歯周病が悪化すると強い口臭の原因になるだけでなく、細菌や毒素が血管に入り込んで体中を回って悪さをし、全身の病気を引き起こす原因になります。

日々の歯磨きを頑張っても歯石を落とすことは不可能ですし、歯石表面のくぼみに入り込んだ歯周病細菌を落とすことも不可能です。それゆえ、口臭や歯周病を予防するためには、歯科医院で定期的に歯石を落として、健康なお口の環境を維持することが大切です。

口臭予防は大人のエチケット
誰にでもある口臭、セルフケアとプロケアが大事です

商品番号 : SUN020 歯がしみる

A4版 2つ折り／仕上がりサイズ : A5 (148mm×210mm)

歯がしみる、歯ぐきの腫れや出血…異変を感じたら早めの受診を!

みなさんは歯科の定期健診を受けていますか?もしくは歯や歯ぐきに何か異変を感じたら早めに受診していますか?もし「痛くなってから歯医者を受診する」という人は、将来歯を早く失ってしまうことになるかもしれません。歯が痛くなつてからの受診には次のようなデメリットがあります。

1 歯の神経がダメになってしまふ
むし歯が進むと歯の神経が炎症を起こして痛みが強くなっています。この状態になると、歯の神経はひどい炎症を起こしている状態なので、神経を取り必要があります。神経を取りると歯に栄養がいなくなる、歯はいわば「死んだ状態」となります。そのため歯が残せたとしても、もろくなつてしまい歯が長持ちしなくなります。

2 治療が痛くなる
歯が痛い状態というのは、神経が炎症を起こし興奮している状態です。このような状態では麻酔が効きづらく、治療そのものがかなり苦痛を伴うこともあります。

3 抜歯になってしまふことがある
むし歯が進んで歯根の周囲に膿を溜めたり、歯周病が進んで腫んだ状態になると、状況によっては抜歯をしなければならなくなります。しかし、このような状態になるまで強い痛みを出さないこともあります。そのための症状の時に早めに受診することが大事です。

歯を長持ちさせたければ定期健診を!
痛みを感じたら早めに受診することは大事ですが、一番いいのは特に歯に不具合がなくても、定期的に健診とメンテナンスを受けることです。いつも健康な歯を保っている人はこのことを実践している人が多いものです。

気になる口臭の原因と対策

口臭は、誰にでも必ずあるものですが、自分の口臭は自分では気づかないものです。仮に自分の口臭がひどかったとしても、他人から指摘されることはほとんどないので、気になる方も多いのではないでしょうか。ひどい口臭が続くと人間関係に影響が出ることもあります。まずは口臭の原因にどのようなものがあるのかを知り対策しましょう。

生理的口臭とは
健康な人でも時と場合によって起こる口臭のことです。主に唾液の減少が原因で引き起こされます。例えば、朝起きた時、お腹が空いている時、緊張やストレス状態にある時などが挙げられます。

口臭の種類

飲食や喫煙による一時的口臭
実際に口臭がなくても、本人は口臭があると思いつぶやくしている状態の心因性口臭

誰にでも起こる生理的口臭

病的口臭の対策
病的口臭の対策としては、やはり原因となっている病気の治療をすること。これは口臭対策というより、お口の健康そのものの問題として、できる限り早めに対処しなければなりません。また、治療を終えた後も、定期的にプロケアを受けることが口臭予防につながります。

口臭対策には欠かせない舌苔(ぜったい)のケア
舌苔とは舌の上に付着している白っぽいもので、セルフケアで対応できます。

舌苔がうっすら
健康な状態なので落とす必要はありません。

舌苔が分厚い
舌ブラシで取り除く
ブラシタイプ ハラタイプ
奥から手前へ
毛先は柔らかめ

やわらかい歯ブラシでそっとなでるように取り除く
歯ぐきへ

早めに受診を!
歯がしみる 症状が続く場合は

冷たい物や熱い物を飲んだり食べたりしたとき、冷たい風が当たったとき、歯磨きのときなどに歯がしみた経験のある方も多いと思います。そのような場合の多くは知覚過敏が原因ですが、むし歯や歯の破折、かみ合わせなどが原因で歯がしみる場合は治療が必要になります。

知覚過敏とは
知覚過敏は多くの場合、歯周病や間違った歯磨き、加齢などにより歯ぐきが下がり、歯の根っこ部分が露出することによって起こります。知覚過敏は自然に落ちることがあります。しかし、症状が続く場合は他のことが原因になっている可能性もあるので一度受診しましょう。

歯の破折
歯にヒビが入りたり、欠けているとその部分からしみる症状を起こします。まずは冷たいものや甘いものがしみるようになります。治療をしなければ症状はだんだんと悪化します。

くさび状欠損
かみ合わせが悪かったり、歯ぎしりやくしゃみの癖があると、特定の歯に力がかり続け、歯の根元(歯のエナメル質と象牙質の境目附近)がえぐれたように削れてしまうことがあります。これをくさび状欠損といい、歯がしみる原因になるだけでなく見た目にも影響します。さらに何年も力がかり続けると、えぐれた部分が大きくなり歯が折れてしまうこともあります。

歯がしみる主な原因

むし歯
むし歯は、むし歯菌が作り出す酸が歯を溶かし進行するにつれ、その部分からしみる症状を起こします。まずは冷たいものや甘いものがしみて、だんだんと温かいものがしみるようになります。治療をしなければ症状はだんだんと悪化します。

歯の破折
歯にヒビが入りたり、欠けているとその部分からしみる症状を起こします。まずは冷たいものや甘いものがしみるようになります。治療をしなければ症状はだんだんと悪化します。

象牙質
象牙質は歯の根元(歯のエナメル質と象牙質の境目附近)がえぐれたように削れてしまうことがあります。これをくさび状欠損といい、歯がしみる原因になるだけでなく見た目にも影響します。さらに何年も力がかり続けると、えぐれた部分が大きくなり歯が折れてしまうこともあります。

商品番号 : SUN021 お口の変化を感じていませんか

A4版 2つ折り／仕上がりサイズ : A5 (148mm×210mm)

歯周病が怖い理由

歯周病は、日本人のほとんどと言っても良いくらい、多くの人がかかっている病気であり、生活習慣病の要素が強い病気だと言われています。それゆえ、本当は予防が可能な病気なのですが、「歳をとつたら歯周病で歯が抜けるのは仕方ないと、諦めている人も多いようです。しかし、歯周病はただ歯が抜けるだけの病気ではなく、もっと怖い病気なのだということが最近どんどんとわかつてきました。

歯を一気に失ってしまう

むし歯も歯を失う病気の代表的なものですが、歯を失うことに関しては歯周病の方が怖いといえます。むし歯の場合、むし歯がひどい歯だけ抜くことになりますが、歯周病の場合、歯を支えている骨が下がってしまうため、歯を抜くことになる場合、数本同時に失うパターンが多いのが特徴です。

むし歯の場合
むし歯のみ抜歯

歯周病の場合
数本を抜歯

色々な病気を引き起こす可能性がある

歯周病というと歯を失うだけの病気と思われていましたが、歯周病が他の色々な病気に関係していることがわかつてきました。歯周病が関係していると言われている病気としては、心臓疾患、脳梗塞、糖尿病、誤嚥性肺炎、低体重児出産・早産、アルツハイマー型認知症などが挙げられます。これは歯周病細菌が、血管の中に入込んで身体中を巡ったり、血管から肺の方に歯周病細菌を誤嚥してしまうことにより引き起こされると言われています。

このほかにも色々な病気が歯周病と関係していることが明らかになってきています。

歯周病は毎日の適切なケア、食習慣や生活習慣の改善、歯科医院での定期的なケアによって予防することができる。全身の健康のために歯周病予防に取り組みましょう。

お口の変化を感じていませんか？

年齢とともにお口の環境も変化します

30代 40代 50代 60代

SMILE UP NEWS

商品番号 : SUN022 自己判断で治療を中断すると

A4版 2つ折り／仕上がりサイズ : A5 (148mm×210mm)

治療の中断は、治療費と時間が余計にかかる

自己判断で治療を中断してしまうと、治療のやり直しが必要になり、治療費用や通院回数が余計にかかる場合があります。事情があつてしばらく通院できない場合は、治療計画を変更するなどの対応も可能なので、早めにお知らせください。また、やむをえず治療を中断してしまった場合は、状態が悪化する前に受診しましょう。

次のような場合は早めにお知らせください。

旅行 転居 長期出張 入院

早い回復のためには、予約通りの受診が大事

予約変更などで受診の間隔が長くなると、治療のやり直しが必要になつたり、回復が遅れたりする場合があります。できる限り短い通院期間、少ない通院回数で、快適なお口の環境に戻すためには、予約通りの受診も大事なポイントです。

たびたび予約変更があった場合

通院は7回、治療期間は2ヶ月程度で終了

予約変更 予約変更 再治療 予約変更 治療

1ヶ月程度

SMILE UP NEWS

仕事が忙しいし痛みもないし大丈夫かな！

自己判断で治療を中断すると様々なトラブルの原因に！

お口の中も少しずつ変化します

誰でも加齢とともに体はちょっとずつ変化していくのですが、お口の中に関しても例外ではなく、加齢による変化が現れ様々なトラブルが起きてきます。

若いうちに歯のお手入れをすると、歳をとってからそのツケが回ってくる可能性が高くなるので、若いうちから毎日のブラッシングを丁寧に行うこと、定期的に健診や歯石取りをしっかりと受けしておくことが大切です。

30代 歯肉の腫れ

40代 歯ぐきが下がる 間隔が広がる

50代 唾液が減少 口の乾燥、ねばねば

60代～ お口の機能低下に注意！

加齢とともに体の機能が低下するように、お口の機能も低下します。お口の機能が低下すると、噛む飲み込むといった機能も低下して食べる楽しみが減り、食欲も落ちます。そうなると栄養状態が悪くなり体力の低下につながります。

60代 歯を失う

70代 嘴めない

30代～ 歯周病に注意！

40歳を過ぎるくらいになると歯周病が悪化する人が増えてきます。これには加齢による免疫力の低下や唾液の減少などが関係しています。歯周病は初期の頃には自覚症状がありませんが、40代くらいで進行した状態となり、次々と症状を自覚する人が増えてきます。

40代～ 根面う蝕に注意！

加齢や歯周病の進行にともない歯ぐきが下がると、根面う蝕ができやすくなります。根面う蝕とは、歯ぐきが下がり、歯根が露出した部分にむし歯ができるものを言います。一般的に歳をとるにつれ、むし歯にはかづにくくなるのですが、歯根の表面は歯質が弱くむし歯になりやすいので、歯科医院で定期的にフッ素を塗るなどの対策が必要です。

次のトラブルにご注意！

歯周病が悪化する 歯周病が悪化して、歯がグラグラしたり、噛めない、抜けてしまう、といったトラブルが起こるようになります。

むし歯が増える 唾液が減ってしまうことから歯垢が停滞し、むし歯にもかかりやすくなります。特に歯ぐきが下がって露出した歯根、詰め物や被せ物の内部は注意が必要です。

粘膜トラブルが起りやすくなる 唾液が減って粘膜保護作用がうまく働かず、口内炎、口角炎を起こしやすくなります。また、口腔カンジダ症にもかかりやすくなります。

入れ歯が合わなくなる 歯ぐきが寝れたり、歯がすり減ったとして、入れ歯はだんだんと合わなくなっています。入れ歯が合わないまま使っていると、歯ぐきはさらに寝てしまい、粘膜になつてしまい、入れ歯から離れてはいけないことがあります。

口臭がきつくなる 唾液が少なくなり、食べかすや歯垢がたまることでお口の中が細菌の温床になってしまします。また、きれいにお手入れできていない入れ歯から離れてはいけないことがあります。

むせやすくなる オの筋力低下などにより、食事の際などにむせやすくなります。

SMILE UP NEWS

「治療途中の状態で放置」はトラブルの原因に！

歯科治療というのは何回も通院が必要な場合が少なくありません。痛みなどの症状がなくなったり、仕事などで忙しいと、「そのうち再開するから…」と思って治療を中断して、ズルズル時間が過ぎてしまう…なんてことになると後で大変なことになる場合もあります。治療は中断すると、その状態で止まるわけではなく、どんどん悪化してしまうのです。次のようなトラブルにならないように治療は最後までしっかり受けとがつても大事です。

歯周病治療を中断すると…

歯周病は重度になればなるほど治療期間が長くなるため、症状がある程度治まると中断してしまう方がいます。歯周病治療途中で中断された方が、再度治療のために来院された時は、以前より悪化していることが多い、歯を抜くことになるケースもあります。

歯の根っこ治療を中断すると…

歯の根っこ治療は治療期間が長かかることが多いため、治療を中断してしまう方がいます。根っここの治療で神経を取ると、痛みを感じなくなることも中断してしまう理由の一つですが、ここで中断してしまうと、神経を抜いた管から細菌が繁殖し、根っここの先端に歯が詰まり腫れや痛みの原因になります。

歯を抜いたまま放置すると…

歯が抜いたまま放置すると、周囲の歯が傾いたり移動して、かみ合わせが悪くなったり、その部分の歯ぐきが寝れたり、と様々な悪影響がでてその後の治療も大変になります。

被せ物などを装着せずに放置すると…

型取りをしたあと完成した被せ物や詰め物は、早めに装着したほうが良いのですが、予約の変更で期間が開いたら、治療を中断してしまうと、歯が欠けたり移動して被せ物などが合わず、作り直しになります。

SMILE UP NEWS

商品番号 : SUN023 被せ物もチェックが必要

A4版 2つ折り／仕上がりサイズ : A5 (148mm×210mm)

被せ物・詰め物・ブリッジが何年くらいもつ?

「被せ物・詰め物・ブリッジが何年くらいもつのか」というのは治療に使う材質にも左右されますが、お口の状態、かみ合わせの力、などによっても変わってきます。下の平均使用年数は目安としてお考えください。

平均使用年数の目安

保険の場合	5年	10年	15年
銀歯の被せ物	■■■	■■■	■■■
銀歯の詰め物	■■■	■■■	■■■
プラスチックの詰め物	■■■	■■■	■■■
銀歯のブリッジ	■■■	■■■	■■■

自費の場合	5年	10年	15年
セラミックの被せ物	■■■■■	■■■■■	■■■■■
セラミックの詰め物	■■■■■	■■■■■	■■■■■
セラミックのブリッジ	■■■■■	■■■■■	■■■■■

※セラミックの場合、現在も品質の改良がなされており、20年経過後も80%以上は問題なく使っているという研究結果もあります。

一般的には保険の材料より自費の材料の方が歯への適合もよく、材質的にも耐久性に優れているため長持ちします。どの材料を選択するにしても、なるべく長持ちさせるために毎日のお手入れ、定期的な健診とメインテナンスが欠かせないことを覚えておきましょう。

気付かないうちに劣化は始まっている!?

被せ物や詰め物も定期的なチェックが必要です

SMILE UP NEWS

気付かないうちに劣化は始まっている!?

被せ物や詰め物も定期的なチェックが必要です

商品番号 : SUN024 プラークコントロール

A4版 2つ折り／仕上がりサイズ : A5 (148mm×210mm)

磨き残しが多い部分は丁寧に

奥歯の裏
かみ合わせ
歯と歯の隙間
歯と歯肉の境目

歯ブラシだけでは歯と歯の間に歯垢や食べかすが残ってしまいます。歯間ブラシやフロスを活用しましょう。

歯間ブラシやフロスの活用でプラークの除去効果がアップ

歯ブラシ+歯間ブラシ	歯ブラシ+デンタルフロス	歯ブラシのみ
80%	70%	60%

ポイント ゴシゴシではなく小さく動かしたほうが毛先が歯の間にあります。

○ 小さく動かす
× 大きく動かす

毛先が入り込む
毛先が届かない

SMILE UP NEWS

プラークコントロールが大事な理由

プラークコントロールって歯磨きだけじゃないって知った?

家族で一緒に歯磨き

被せ物や詰め物も劣化します

詰め物、被せ物、被せ物などを歯にくっつけるセメント、被せ物の下にある金属の土台など、治療に使用した材料は年月の経過とともに劣化します。そして、劣化した状態を何年も放置すると、様々な影響がでできます。被せ物・詰め物の状態は患者様ご自身ではわかりません。劣化した被せ物・詰め物は早い段階で発見し、やりかえることで歯を長持ちさせます。何年も歯科医院へいってない方はチェックが必要です。ご家族にそのような方がいる場合は、早めの健診を勧めてあげてください。

劣化した詰め物や被せ物の影響

隙間からむし歯に(2次カリエス)	ブラークが溜まり歯周病に	かみ合わせに影響
はずれやすくなる	土台が腐食し根っこ部分に影響	変色し見た目がよくない(特に前歯)
口臭の原因になる	金属の腐食が原因で歯ぐきが黒ずむ	金属イオンが溶け出し金属アレルギーの原因に

口の中は食事のたびに戦いでいます

天然の歯は修復されるけど…

天然の歯の部分は、唾液の働きで再石灰化され修復されますが、詰め物や被せ物は修復されません

歯磨きでキレイにしてもらっても…

セラミックにおまかせ!

定期健診で被せ物や詰め物のチェックを受けることは大事です。

SMILE UP NEWS

プラークはむし歯や歯周病を引き起こす原因に

だからプラークコントロールが重要

プラークコントロールとは

プラークコントロールという言葉は歯磨き粉のCMなどでよく耳にする言葉ですが、「歯磨き」という意味だと思っている人も多いのではないかでしょうか。プラークコントロールの「プラーク」は英語で歯垢のことです。歯垢は歯の表面に溜まる食べかすではなく、細菌の塊(集合体)です。歯の表面に溜まったプラークはむし歯や歯周病を引き起こす原因になります。そのため「歯垢がつかないようコントロールすること」それがプラークコントロールと呼ばれるものです。毎日の歯磨きはプラークコントロールの基本ですが、食生活や定期健診など歯磨き以外のことも含まれます。

プラークが歯石になる前に取り除くことが大事

歯石は歯の表面に溜まったやわらかいプラークが唾液中のミネラル成分によって固まったものです。プラークを放置すると2日程度で歯石に変化すると言われています。歯石の表面はザザラとしており無数の穴やくぼみがあるため、細菌が付着しやすくむし歯や歯周病のリスクが高まります。歯石は一旦歯に付いてしまうと歯磨きでは取ることができないため、プラークが歯石になる前に丁寧な歯磨きで取り除くことがとても大事です。

正しい歯磨き

食生活にも注意

歯磨きと言っても、しっかりと磨けなければプラークコントロールができるとは言えません。歯の隅々まで丁寧に歯垢を落としきることが大切です。そのためには歯ブラシだけでなく、歯間ブラシやデンタルフロスなどの歯間清掃用具の使用も必要です。

商品番号 : SUN025 保険診療と自費診療

A4版2つ折り／仕上がりサイズ : A5 (148mm×210mm)

将来の医療費も考えよう

被せ物や詰め物の使用年数の目安

	5年	10年	15年
銀歯の被せ物・詰め物	■■■	■■■	■■■
セラミックの被せ物・詰め物	■■■■■	■■■■■	■■■■■

※セラミックの場合、現在も品質の改良がなされており、20年経過後も80%以上は問題なく使っているという研究結果もあります。

保険診療(銀歯)は1回の治療費は安く済みますが、長い年数で考えると自費診療(セラミック)より再治療の回数が増え、そのため毎回の通院が必要になるため時間や通院の手間といったコストもかかります。また、再治療を繰り返すと、大切な歯を削ることになり歯の寿命にも影響します。

長い年数で考えた場合のコストの比較

自費診療は、保険が全くかからないことに加え、高性能な材料、精密で高度な治療技術、設備などを含めたコストも反映されるため保険診療よりも治療費の負担は大きくなります。しかし、そのコストの分、将来の再治療が減り治療費や通院のコストがなくなる、歯を削らなくて済むため歯が長持ちする。金属アレルギーの心配がなく体に優しい、快適で見た目も美しいため満足できる、といったメリットも考慮して費用を判断する必要があります。

保険診療と自費診療 違いを知ってベストな治療を!

お口の美容と健康情報をお届けする
SMILE UP NEWS

保険診療と自費診療
違いを知ってベストな治療を!

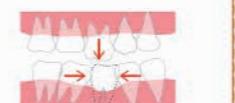
商品番号 : SUN026 カラダの不調とかみ合わせ

A4版2つ折り／仕上がりサイズ : A5 (148mm×210mm)

悪い歯並び以外に、次のようなことが かみ合わせに影響する場合もあります

★歯が無いままで放置

- 周囲の歯が傾いたり移動してかみ合わせに影響します。



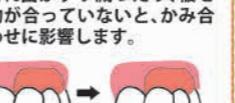
★むし歯や歯周病を放置

- 歯周病で歯がグラグラしたり、むし歯で歯が崩壊すると反対の歯とうまくかみ合いません。



★不適合な被せ物や 入れ歯など

- 入れ歯がすり減ったり、被せ物が合っていないと、かみ合わせに影響します。



★日常での悪い姿勢やクセ

- 頬づえをつく、足を組む、など



★歯ぎしりや食いしばり

- 歯がすり減ってかみ合わせに影響するだけでなく、歯の寿命にも影響します。



定期的に健診を受け、 悪意の部分はしっかり治療

- することも大事です。
- 定期的に健診を受け、悪意の部分はしっかり治療することも大事です。

お口の美容と健康情報をお届けする
SMILE UP NEWS

カラダの不調/
かみ合わせが原因かも

何が違うの?

保険診療と自費診療

歯科治療には保険診療と自費診療があります。日本の保険診療は大変充実しており、歯に問題が起った際は少ない費用で様々な治療が受けられるのは、先進国の中でも日本くらいだと言つてもいいでしょう。一方、自費診療は保険がきかない治療で、保険診療に比べると治療費の負担は増えますが、保険診療にはない多くのメリットがあります。

保険診療とは

保険診療は、歯の痛みを取り除いたり、歯を削って被せ物をしたり、というような症状の改善や機能の回復を目的としたものです。つまり保険診療はほらかの病気があった場合に、食べたり会話したりといった日常生活に支障がないように治すためのものであり、それ以上のものではありません。

保険診療の治療費は加入している保険で決められた割合の費用負担で済むので、その時点の治療費は抑えることができます。しかし、使用する材料や治療内容のルールも事細かに決められており、その内容以外のことを行うことはできません。そのため、審美的な面では「差し歯の色が不自然」「入れ歯のバネが見える」など、場合によっては満足いかない場合もあります。

自費診療とは

自費診療は、保険診療のような細かな制約はありません。そのため、病気の治療に対しても治療法の縛りなく、最新の治療法などを受けることができますし、病気以外の治療、例えば歯をより美しく見せる審美治療や歯の健康を増進する予防のための診療なども受けることができます。

自費診療のメリット

自費診療は保険診療のような制約がないため、治療方法、材料、治療技術などの選択肢が広がり、一人ひとりに合った最適な治療が受けられます。そして、保険診療では長い時間でかけた高精度な治療が行えるため、一般的に、自費診療で治療したところは保険診療の場合よりも長持ちし、歯を長期間美しく、健康的な状態に保つことが可能になることも魅力といえます。

将来の歯と体へのメリットがあるのが自費診療だと言えるでしょう。

治療のついでに歯を白くしたい
自分で合った最適な治療が受けられる
将来を考えると丈夫で変色しない素材がいいな

歯の歯に比べると不自然な感じが…
入れ歯のバネが見える

金属アレルギーが心配だから金属を使わない治療で
ブリッジとインプラント、どっちがいいかな

かみ合わせが原因で 起きたからだの不調

かみ合わせというのは、上下の歯のかみ合う具合を言います。歯並びとかみ合わせはよく混同されがちなのですが、歯並びは単に歯の並び方を指しており、歯並びが良くても上下のかみ合わせが悪いということはあります。歯並びが悪い場合は、見た目に影響するため矯正治療に踏み切る人も多くなります。一方、かみ合わせが悪い場合、見た目が悪くなることは限らず、本人が気にならない場合が多くあるため、放置されがちです。しかし、かみ合わせというものは歯並びと同じくらい、あるいはそれ以上に大切なものです。原因不明の体の不調にかみ合わせの問題が関係していることは珍しくありません。気になる方はお気軽にご相談ください。

かみ合わせは全身のバランスに関係

かみ合わせの良し悪しは噛む筋肉のバランス、頸の関節の状態にも関わってきます。かみ合わせが悪いと、噛む筋肉のバランスが悪くなったり、下顎の位置がずれてしまい、頸の痛みや口を開きにくなどの不調につながります。そして、かみ合わせが悪いことで起きた頸の筋肉の不調を補正しようと、周囲の筋肉にも大きな負担がかかります。そのことが、頭痛や肩こり、首の痛みを引き起こし、全身の不調にまでつながることがあります。また、かみ合わせは体のバランス感覚にも関わっていると言われ、しっかりと噛める人の方が歳を取った時に転倒しにくく、寝たきりになるリスクが低いと言われています。

かみ合わせの悪さや頸の筋肉の負担が原因でどんな不調が?

腰痛
頸の筋肉の負担が異常にになると、頸の筋肉自体や頸の関節に影響を及ぼします。症状としては頸の痛み、口の開閉閉め時に起きた頸関節の雜音、口が開きづらくなる、というようなものが挙げられます。

頸関節症
頸の筋肉の負担が異常にになると、頸の筋肉自体や頸の筋肉の周囲の筋肉にも影響が及んで、慢性的な頭痛や首の痛み、肩こりなどの原因になります。

頭痛・首の痛み・肩こり
頭部の筋肉、首の筋肉、肩の筋肉の緊張によって起きた筋肉の痛みが、近接する筋肉の痛みとして感じられることがあります。

歯痛のような痛み
頭部の筋肉の緊張によって起きた筋肉の痛みが、近接する筋肉の痛みとして感じられることがあります。

その他の症状
めまいや耳鳴り、不眠症、イライラ、疲労感、などの様々な症状を引き起こすこともあります。

商品番号 : SUN027 定期健診が大事な理由

A4版 2つ折り／仕上がりサイズ : A5 (148mm×210mm)

This infographic from SMILE UP NEWS highlights the reasons why early detection through regular dental check-ups is crucial. It features a central flowchart asking '定期健診を受けていますか?' (Do you have regular dental check-ups?). If 'YES.', it leads to '歯が長持ち。将来もたくさん残っている' (Teeth last longer, many teeth remain). If 'NO.', it leads to '将来残っている歯少ない可能性が!' (There is a high possibility of fewer teeth remaining in the future). The left side shows illustrations of common dental issues: 初期のむし歯 (Early caries), 神経が無い歯 (Nerveless teeth), 初期の歯周病 (Early periodontal disease), 二次カリエス (Secondary caries), 支える歯 (Supporting teeth), and 被せ物などの劣化 (Degradation due to crowns/bridges). The right side features a title '定期健診が大事な理由' (Reasons why regular dental check-ups are important) and a small inset titled '定期健診が大事な理由' (Reasons why regular dental check-ups are important) showing a dental professional examining a patient.

商品番号 : SUN028 歯の変色や黄ばみ対策

A4版 2つ折り／仕上がりサイズ : A5 (148mm×210mm)

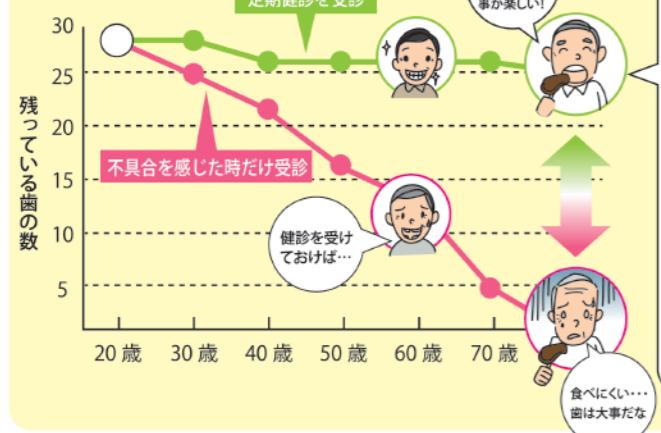
This infographic from SMILE UP NEWS discusses the causes and solutions for tooth discoloration and staining. It starts with the title '歯の変色や黄ばみの原因と対処法' (Causes and treatment methods for tooth discoloration and staining). It explains that plastic white caps and dentures can change color over time, and that dental insurance dentures also change color. The section '差し歯の変色は、作り替えが必要' (Dental bridge discoloration requires replacement) shows a dental professional explaining the issue. It then moves on to '内面に金属を使う差し歯は、次のような現象が起こる場合があります' (When metal is used on the inner side of a dental bridge, the following phenomena may occur), listing 'ブラックマージン' (Black margin where the gingiva is pulled back and metal is visible) and 'メタルタトゥー' (Metal tattoo where metal components leak and turn the gingiva black). The bottom right features a dental professional with a speech bubble: 'え?なんか口元見られてる?' (Huh? Is my mouth area being looked at?) and '歯の変色や黄ばみのお悩みはお気軽にご相談ください' (Please feel free to consult us about your concerns regarding tooth discoloration and staining).

将来後悔しないために定期健診を受けて歯を長持ちさせよう

日本では歯の病気を予防する目的で歯医者に通う人より、歯に不具合を感じた時だけ行くという人が多数のようです。定期的に健診を受けた方は、むし歯や歯周病の原因になる歯石や歯垢を取り除いたり、自覚症状がない疾患も発見でき早期に治療できるので歯が長持ちします。

歯は物を噛む以外にも大事な役割があり、歯がたくさん残っていることで様々なメリットもあります。歯は一本抜けると、お口の中のバランスが崩れ、どんどん歯を失いやすくなりますので、一つひとつの歯を大切にしましょう。

不具合を感じた時だけ受診する方は歯を失うリスクが高くなります



歯には食べ物をかみ碎く以外に、からだの健康や日々の快適な生活のために重要な多くの役割があります。



食べ物をかみ碎き、消化吸収を助ける



歯の変色や黄ばみは見た目の印象に影響

自分の歯といふのは鏡で見るとき以外自分では見えませんが、他人は意外と見ているものです。笑顔から溢れる白くキレイな歯は、それだけで顔を若々しく、格段に魅力的に見せてくれます。歯の変色や黄ばみのお悩みはお気軽にご相談ください。

歯のクリーニングで、本来の白さを取り戻す

毎日歯磨きをしても、飲食物や廢棄残しによって歯は黄ばんでしまいます。このような黄ばみには定期的な歯のクリーニングをお勧めです。歯のクリーニングは、歯磨きでは落としきれない汚れや着色を取り除き、本来の歯の白さを取り戻します。また、歯磨きでは困難な部分も徹底した清掃を行い、歯の表面をツルツルに磨くので歯垢がつきにくくなり、むし歯や歯周病の予防にもつながります。

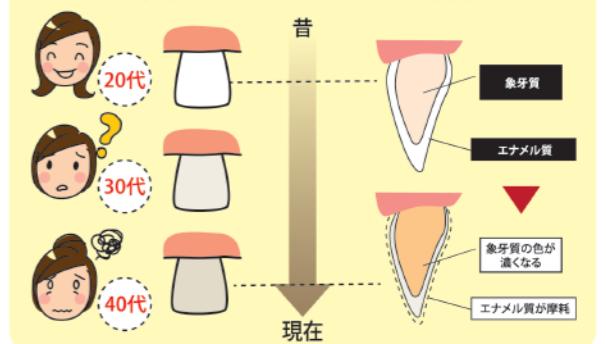
クリーニング



ホワイトニングで、本来の白さより白く

個人差はありますが、年齢とともに歯の表面を覆っている透明のエナメル質が磨耗して、色が濃くなったり内側の象牙質が透けて見えることがあります。黄ばんだ歯は、老けて見えたり不健康そうに見えたときに見た目の印象に影響します。このような加齢による黄ばみや歯の変色を改善したい、本来の歯の白さより白くしたい、といった方はホワイトニングがお勧めです。

年齢とともに変色して見える原因



ホワイトニング



商品番号 : SUN029 しっかり噛めるお口の環境

A4版 2つ折り／仕上がりサイズ : A5 (148mm×210mm)

しっかり噛む効果

「よく噛む」という行動は、体の健康や美容にも大きな影響を与えていることをご存知ですか？やわらかい加工食が溢れている現代社会では、「よく噛む」ということが昔に比べると減っています。普段の食事に繊維質の野菜や噛みごたえのあるものも適度に取り入れ、できるだけよく噛むということを心がけましょう。

顔の若さを保つ
よく噛むと、口の周りの筋肉が引き締められ、顔のたるみ、ほうれい線、二重アゴ、などの対策や小顎効果が期待できるといわれています。

肥満防止に
ゆっくりよく噛んで食べることで満腹中枢が満たされ、食べ過ぎを防ぎ、肥満防止につながります。

むし歯・歯周病・口臭の予防に
よく噛むと唾液が多く分泌されます。唾液には食べ物を消化する働きだけでなく、口の中を清潔に保つ役割も果たしています。そのため、よく噛んで唾液がたくさん出ることは、むし歯や歯周病の予防につながります。

脳の活性化
よく噛むと脳が刺激され、血行もよくなります。血行がよくなると栄養と酸素が十分に供給され、脳が活発になる効果が期待できます。また、噛む刺激が脳に伝わることで認知症予防になるとされています。

楽しい食事、健康なカラダにはしっかり噛めるお口の環境が大事

お口の美容と健康情報を届ける
SMILE UP NEWS

商品番号 : SUN030 家族のお口の健康は大丈夫

A4版 2つ折り／仕上がりサイズ : A5 (148mm×210mm)

受診の先延ばしは辛い思いをすることに

むし歯や歯周病など、症状が進行してからの治療には様々なデメリットがあります。できるだけ早めに受診しましょう。

治療が痛くなる
炎症が強いので麻酔が必要かも…

歯を失う
これは抜くしかありませんね

治療の回数が増える
初期の状態 治療2回程度かな
進行した状態 治療4回以上かかるかも

治療費が増える
今月の通院は4回目

家族のお口の健康は大丈夫？

お口のトラブルは体の健康に影響します

しっかり噛めないと様々な影響が

「歯が抜けたままであたり入れ歯が合っていないなど、しっかり噛めない状態では食べ物を噛み碎いたり噛み切ることが困難になります。このような状態では栄養が十分に摂れず、体力や免疫力が低下、体の不調といったように全身の健康に影響します。また、「美味しい、楽しい」といった食べる楽しみが減り、精神的な健康に影響したり「体のバランスが悪くなり転倒リスクが高くなる」「脳への刺激が減る」といった影響ができる恐れもあります。

1日3食の場合、1年で1095食、間食を合わせると1年に食べる機会はさらに多くなります。噛めない状態のまま放置せず、しっかり治療して快適に何でも食べられるお口の環境を取り戻すことは、楽しい食事、健康な体づくりにはとても大事です。

以下の状態ではしっかり噛むことができません

抜歯が抜かたまま
入れ歯がない
合被せがない
歯周病で歯がぐらぐら
ボロボロ歯で歯が

▼
しっかり治療して快適に食事できる環境を！

▼
入れ歯ブリッジ
保険外の入れ歯
やりかえ
歯石取りなど
被せ物や詰め物

◆食べ物が詰まりやすい
食後に毎回食べ物が詰まっているという場合、歯が欠けている、詰め物が取れている、歯周病が悪化して歯が動いている、というようなことが疑われます。

◆歯がしみる
歯がしみる場合、疑われるのはむし歯、もしくは知覚過敏です。知覚過敏はむし歯ではありませんが、歯周病が悪化することにより歯茎が下がって起こることも多いため、さらなる悪化を防ぐためにも早めの受診が大切です。

◆歯茎から出血する
歯磨きのたびに歯茎から血が出る場合は歯周病の疑いがあります。

◆口臭がひどい
起床時の口臭など、時々起かる口臭というものは誰にでも起こりうるものなので問題ありませんが、常に強い口臭がある場合、歯周病やひどいむし歯になっている可能性が高くなります。

◆歯ぎしりがひどい
歯ぎしりが長期的に続くと、歯が折れる、歯周病が進む、など歯を失う原因になります。歯を守るために歯科医院でマウスピースを作成などの対処をおすすめします。

◆歯が腫れている
全体的に歯茎が腫れている場合、歯周病による炎症が疑われます。部分的に腫れている場合、特定の歯に何らかの病変が起こっている可能性があります。

◆家族や身近な方に次のような症状がある時は受診を促しましょう！

お口に何らかの異常を感じていても「痛くない」「まだ大丈夫」「特に困らない」など、自分で大したことないと思って放置すると取り返しのつかないことがあります。そんな時、家族や身近な方がいち早くお口の異常を察知して、受診を促してあげることで、大切な人のお口の健康を守っていただける可能性があります。

商品番号 : SUN031 CAD CAM 冠の特徴

A4版 2つ折り／仕上がりサイズ : A5 (148mm×210mm)

被せ物の耐久性が大事な理由
劣化した被せ物を放置したり、何度も作り直すことは、様々な負担が発生するため、被せ物を選ぶ際は耐久性も大事なポイントです。

歯への負担
被せ物を作り直す際は、被せ物を取り外したり、歯を削って形を整えたりと、歯に負担がかかるため歯の寿命に影響します。

通院や治療費の負担
被せ物を作り直す際は、通院や治療費の負担が発生します。また、作り直しの回数を重ねることで、通院回数が増えたり、治療費が増えたりする可能性があります。
時間・費用がかかります。

お口の健康への影響
被せ物の劣化の状態は患者様ご自身ではわかりません。被せ物が劣化した状態で放置すると、むし歯や歯周病の原因となり、口腔内の健康に影響します。

かみ合わせへの影響
被せ物の劣化や摩耗が原因で、かみ合わせのバランスが崩れ、頭関節症や筋肉の緊張を引き起こす可能性があります。

セラミックやジルコニアの白い被せ物との違いは？

CAD CAM 冠のメリット・デメリット

SMILE UP NEWS

商品番号 : SUN032 無意識の癖に注意

A4版 2つ折り／仕上がりサイズ : A5 (148mm×210mm)

意識することが大切
歯は本来、食事や会話以外の時には合わせるべきではありません。必要なない時に歯を合わせると、軽い力でもダメージが蓄積されてしまいます。無意識の食いしばりや歯を接触させる癖を改善するためには、まず自分の癖に気づくことが大切です。日常生活の中で「歯を接触させない」ことを意識し、リラックスした状態を保つよう心がめましょう。

寝ているときの歯ぎしり対策
寝ている間の歯ぎしりに関しては、コントロールが難しいため、歯ぎしりのダメージを緩和するためのマウスピースを使うことをおすすめします。これにより、歯や顎への負担を軽減することができます。

マウスピースは市販品もありますが、しっかり歯型に合っていないとかみ合わせや歯並びに悪影響を及ぼす場合もあります。そのため、歯科医院で歯型を取つて作るタイプの、自分のお口に合ったマウスピースを使用しましょう。

無意識に行っていませんか？

SMILE UP NEWS

保険が適用される白い被せ物 CAD CAM 冠とは？

CAD CAM 冠

メリット	デメリット
保険が適用されるため、治療費は安く済むが銀歯より高い	経年劣化しやすく、変色したり、摩耗する
セラミックより美しさは劣るが白い被せ物	噛む力に耐えられず、破損する可能性がある
金属を使わないため、金属アレルギーの心配がない	劣化すると汚れや細菌が付きやすく、再度むし歯になるリスクが高い
このような特性から以下のような方には不向きな場合も	金属を使わないため、金属アレルギーの心配がない

セラミック・ジルコニアの白い被せ物

メリット	デメリット
天然の歯に近い透明感や色調を再現できる	保険が適用されないため治療費は高くなる
耐久性が高く、長期間の使用でもほとんど劣化しない	ジルコニアはとても硬く割れにくいが、セラミックは強い力が一点に集中すると、欠けたり割れたりする可能性がある
汚れや細菌が付きにくく、再度むし歯になるリスクが低い	食いしばり、再度むし歯になるリスクが低い
金属を使わないため、金属アレルギーの心配がない	固い食べ物

SMILE UP NEWS

歯ぎしり、食いしばり、歯を接触させる癖に要注意
歯ぎしりや食いしばりは、強い力が継続的にかかるため、「歯に悪そうだな」と想像できるかもしれません。実際、これらの癖は歯の擦り減りや知覚過敏、頭関節症などの問題を引き起こすだけでなく、頭痛や肩こりなど体全体にも影響を及ぼします。さらに、力を入れずに上下の歯を軽く合わせる癖も、日常化していると同様の悪影響を及ぼします。この習慣は、知らないうちに持続的なストレスを歯や顎に与え、結果的に頭関節の不調や慢性的な頭痛を引き起こす原因となります。

無意識に行っていませんか？

自分では歯ぎしりや食いしばりをしていないと思っていても、実際には無意識に行っている人は多いものです。たとえば、寝ている間に歯ぎしりをしている場合、自覚がないことが多いほどです。また、ストレスや緊張が高まっているときに、無意識に歯を食いしばっていることもよくあります。さらに、何かに集中している時に上下の歯を接触させる癖がある人も少なくありません。例えば、パソコン作業や読書、テレビを見ている時など、ふと気づくと歯が触れ合っていることがあります。このような癖も注意が必要です。

まずは自分にこれらの癖がないか確認することが大切です。

歯ぎしり、食いしばり、歯を接触させる癖の影響

歯の過剰な擦り減り
上下の歯が長時間、強く擦れ合うと、歯の異常な壊れ減りが起こります。

歯の破折
強い力がかかることで歯が割れ、神経や歯自体にダメージを与えることがあります。

歯の痛み・知覚過敏
歯の擦り減りや角裂、歯周病へのダメージにより、歯の痛みや知覚過敏の症状が出ることがあります。

頭関節症の悪化
歯を支えている組織に大きなダメージを与えるため、頭の痛みや歯の痛みなどの症状を引き起こすことがあります。

頭痛・肩こり
噛む筋肉を酷使することで頭痛や肩こりが強くなることがあります。

エラが張る
強く噛み続けることで噛む筋肉が太くなり、エラが張ることがあります。

身近な方へ教えてあげてください

SMILE UP NEWS