

歯が抜けた、 歯を抜いた状態を 放置すると…



歯が抜けた、あるいは歯を抜いた後の処置として、場合によっては何も治療を行わないケースもありますが、一般的には空いたスペースに入れ歯(義歯)やブリッジ、インプラントなどを行います。

歯がない状態を放置しておく、何もなくなったところとかみ合う歯が伸びる(挺出)ことや横に傾く(傾斜する)ことがあります。

そのようになってしまうと、かみ合わせが悪くなり、本来行えた治療そのものが行えなくなる可能性が高くなってしまいます。また、傾いた歯と歯肉の間に汚れが溜まりやすくなることもあり、歯周病の発症や進行につながることもあります。

もし心当たりがある方やお口に関して心配のある方は気軽にご相談ください。

○太内田○

歯並びについて(幼児期)

歯並びは遺伝だけではなく、

子供の頃から顎を育てることで歯並びをよくすることができますと言われています。



0～3歳で歯並びの土台ができます。

この期間に意識して行うといいことをまとめてみました。

●コップ飲み

舌を使って飲み込む動きが唇や舌の筋肉発達を促し、顎にも刺激を与えてくれます。

●食事中は足をつける

食事中に足がぶらぶらしている、噛むときに力が入りません。噛むときに力が入らないと顎が育ちにくいです。

●指しゃぶりをしない

3～4歳までには指しゃぶりはやめましょう。続けていると歯並びが悪くなる原因になります。

●一口よりも少し大きめの料理にする

一口サイズのものだと前歯を使って噛むことがなくなります。前歯をしっかり使うためにも少し大きめの料理にしましょう。

長く継続していくことが大切です。

○千葉○

赤ちゃんのよだれが多い理由は???



赤ちゃんのよだれはいつから多くなるか知っていますか？

一般的によだれが多く分泌されるのは歯が生え始める6～8ヶ月頃だと言われていて、離乳食を始める合図だと言われていて、

なぜそう言われているのでしょうか？

歯の萌出が始まるころになると口の中の環境も大きく変化してきて、赤ちゃんはなんでも口に持ってきて確かめようとします。その刺激がきっかけとなって唾液の分泌が促進されると言われています。そうやって歯も生え始めて唾液が多くなると食べる準備が整ってきている証拠となり、離乳食を始める合図となるようです。

食べる準備が整ってきている証拠だと言ってもダラダラ垂れるくらい唾液が分泌されるなんて多すぎじゃない？と思った方いませんか？

その理由は唾液が分泌されすぎではなくて口腔周囲の筋肉が未発達だからです。筋肉が未発達だと口が開けっ放しになりよだれが垂れてしまいます。成長するにつれて口の周りの筋肉も発達していくので自然によだれが垂れることがなくなります。

○小山○

◆発行元

泉MK歯科クリニック

TEL 022-373-0020
FAX 022-373-0040

◆診療時間

月・水・木・金・土曜日
9:00～19:00
(昼休み13:00～15:00)

日曜日
9:00～13:00

◆休診日

火・祝祭日

◆診療時間

月・水・木・金曜日
9:00～18:30
(昼休み13:00～14:30)

土曜日
9:00～13:00

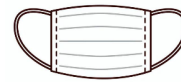
◆休診日

火・日・祝祭日

青葉MK歯科

TEL/FAX
022-261-9047

マスクをしていると お口の中が乾燥する!?



コロナ禍でマスクの着用が欠かせない日々ですが、マスクをしていると気付けばお口の中が乾く…！と感じている方もいらっしゃると思います。

お口の中の乾燥は声枯れだけではなく、虫歯や歯周病の悪化にもつながります。また、お口の乾燥によって虫歯や歯周病の原因菌が繁殖しやすい口腔内環境になってしまい、口臭の原因にもなります。

お口の中の乾燥の根本となる原因は口呼吸です。マスクを着用すると呼吸がしにくくなるため、通常の鼻呼吸ではなく、口呼吸によってより多くの空気を吸い込もうとします。口呼吸によってお口の中が乾燥すると唾液の作用を受けにくくなってしまいます。

唾液は歯の表面に付着した汚れを洗い流し、酸を中和してお口の中を中性に戻す働きや、唾液の中に含まれる抗菌成分によってウイルスなどの病原菌の侵入を防いでくれます。唾液が少なくなると虫歯や歯周病菌の増殖や新型コロナウイルスを含めた様々な感染症を引き起こすリスクも高まってしまいます。

お口の中の乾燥対策としては、

- ① 鼻呼吸を意識する
- ② こまめな水分補給
- ③ よく噛んで食べる
- ④ 唾液腺マッサージ



などが挙げられます。

唾液腺マッサージは耳下腺・顎下腺・舌下腺の3つのポイントを刺激してみましょう。

【耳下腺】

両方の頬に指先を当て、耳の下から上の奥歯にかけて円を描くように軽く押しながら10回程度回しましょう。

【顎下腺】

顎を首に近い方から顎先に向かって親指で5か所ほどに分けて10～20回ずつ優しく押しましょう。

【舌下腺】

両手の親指をそろえて顎の真下(お口の中でいうと舌の付け根あたり)を何度か押しましょう。

これらの対策を実践してお口の中の乾燥を防ぎましょう。マスク生活で多い口臭のお悩みなどあればお気軽にご相談ください。



○後藤○