

グレースデンタル
メディカルクリニック
訪問歯科新聞 4月号



〒270-0101
千葉県流山市東深井236-1

医療法人社団 慶実会
グレースデンタルメディカル
クリニック千葉分院

お口の中の細菌どれくらい？

お口の中にどれくらい細菌がいるかご存じですか？

お口の歯垢(デンタルプラーク) **1g 中に最大で約10の11乗**、なんと、**1000億！！**

もの細菌がいるといわれています。

そしてこの数字は**大腸の菌の数と同じくらい**なのです。

鼻水の中の細菌数は10の8乗すなわち1億であることから比べても、お口の中の細菌数は桁違いに多いことがわかります。

これらの細菌は共同体(細菌叢・フローラ)を構成しており、通常はバランスをとって生息しています。腸管などの消化器や肺などの呼吸器には体の中を調整する免疫組織があり、うまく細菌を制御できていますが、お口の中にはこのような制御を行うものは唾液だけしかありません。

そのため体の問題でお口の手入れができなくなり、様々な要因で唾液が減少すると、お口の中の細菌は急激に増加することがわかってきました。

さらにこれらの細菌は抗菌剤や洗口剤に抵抗するバイオフィームという鎧を持ち合わせています。



よくうがい薬でうがいをすれば綺麗になるかと質問されますが、バイオフィームは細菌の膜です。例えるならお風呂場のピンクカビのようなものです。カビやぬめりを掃除するとき、どうしますか？

水で洗い流してもなかなかとれませんね。バイオフィームも同じで、歯ブラシでこすり取るしかありません。ですからブラッシングはとても重要なのです。

機械的に綺麗にしたあとに洗口剤を使わなければ効果がほとんどないのは、そのためです。

新型コロナウイルスや感染症の予防にもお口の中の細菌を減らすことはとても効果的です。



<クリニックからのお知らせ>

コロナ禍によりウイルスが身近なものになっています。

全身の健康はお口からといっても過言ではありません。

健康のために定期的に歯科受診をしましょう。