



# グレースデンタルクリニック

## 訪問歯科新聞 2月号

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鎌倉分院

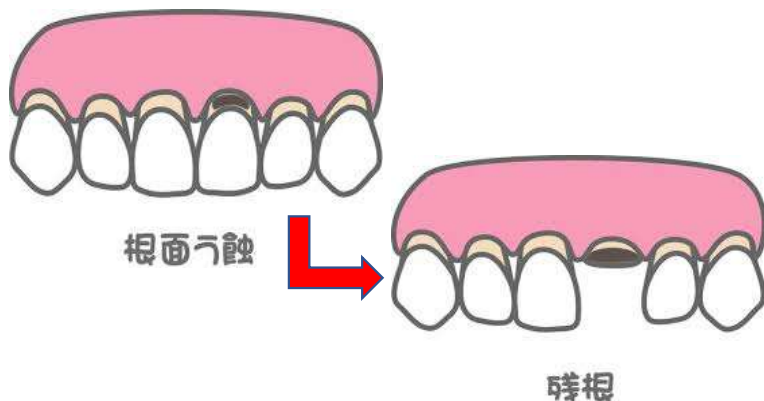
〒247-0072 鎌倉市岡本2-2-1DIKマンション107

TEL:0467-81-5280 FAX:0467-81-5286

### 【高齢者のむしば】

虫歯は歯垢(プラーク)の中の細菌が作り出す酸によって歯の表面が溶かされ、歯の神経へと進行していきます。歯の表面は硬いエナメル質に覆われて保護されています。

しかし、高齢者ではエナメル質がすり減っていき歯茎が下がって歯の根っこが露出していってそこから虫歯に侵されやすくなっています。



放っておけば歯の頭の部分が折れて無くない根だけの状態になります。神経は死んでいるので痛みはありませんが歯の神経が化膿したり腫れて悪臭が出ます。

エナメル質を突破した虫歯は一気に進行します。口腔ケアで虫歯を予防するとともに早期発見が大切です。

### ■虫歯になりやすい場所

- ◆ 歯根面／歯の根元が露出するのが原因
- ◆ 入れ歯のバネがかかっている歯／汚れが付きやすいので食後の清掃が大切です
- ◆ 歯と歯の間／高齢者は唾液の分泌量が減少しているので、よりていねいな清掃が必要です。

\* 2月は寒さで胃腸機能が低下しがちなので温かい食べ物(鍋やスープ)発酵食品(納豆、ヨーグルト)旬の緑黄色野菜や根野菜(大根、ほうれん草、フロコリー)でビタミン、ミネラル、食物繊維を補給し、免疫力アップと腸活を意識した食事が健康の鍵です。

### \* クリニックからのお知らせ \*

お口の中で気になることがありましたらお気軽にご相談下さい。

