

そよかぜだより

2018 3月号

そよかぜ歯科医院のURL
<http://soyokaze-dc.com>



三月(弥生)

三月に入り少しずつ暖かくなってきました。この季節は、花粉が気になる方も多いのではないのでしょうか。花粉症対策はセルフケアが大切になります。外出時はマスク、メガネ、帽子を着用し、花粉が付着しやすい素材の服は避け、家に入る前には衣類や髪に付いた花粉をはたき落としましょう。室内での飛散を防ぐには、湿度を上げる効果的です。花粉は温気を含んで重くなり落下するので、空中での浮遊を防ぐことができます。

また、この時期は卒業式の季節でもあり、寂しい季節でもあります。4月からの新しい生活に胸膨らむ人も多いでしょう。何かと生活も不規則になりながら季節もめぐる季節、健康には留意していきましょう。

ゴールデンウィークのお知らせ

4月30日・5月3・4・5・6日は、休診とさせていただきます。ご了承ください。



※緊急の場合は、流山市休日診療室へ お願い致します。 診療時間：9時～12時
TEL 04-7155-3456

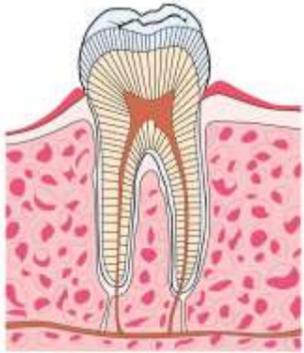
生活歯と失活歯の寿命の違いについて

今回は、生活歯と失活歯についてお伝えします。歯科での専門用語ですが、歯の中には歯髓と呼ばれる神経組織があります。この神経は熱い、冷たいあるいは痛みなどの知覚を感じます。それだけではなく、歯自体をつくり、栄養を供給します。この歯髓が生まれ持った状態のまま機能している歯を生活歯と言います。

この歯髓はむし歯、歯周炎あるいは外傷などにより、炎症や切断などによりその機能を失うことがあります。その機能を失った歯を失活歯と言います。この炎症や切断により機能を失った歯は、機能が元に戻らない場合には歯科治療により切削、除去し、人工の歯科材料で歯の強度を保てるようにします。

現在の歯科治療では歯髓処置を行った失活歯は平均14年の寿命とされており、すなわち、何らかの影響で抜歯に至ります。その原因としては、歯の破折欠いで再つ蝕、歯周病、外傷による歯の喪失となりま。この上位、歯の破折、再つ蝕は歯髓が存在しないため、歯自体の栄養が行き届かないため生じたものと考えられます。さらに歯髓処置を行わなかった場合には歯の寿命はさらに短くなると推測されるだけではなく、顎骨の化膿性病変や壊死に至ることも考えられます。

いっぽう、健康の歯を保ち生活歯として過ごした場合には歯の喪失する原因では、失活歯の喪失原因の上位2つの歯の破折、再つ蝕がなくなるため、3倍～4倍になります。このように、歯の神経は健康な状態で極力残すことが重要です。そのためにむし歯予防が重要と考えます。



エイプリルフル

エイプリルフルが「嘘をついてもいい日」として日本で広まったのは、大正頃からといわれています。しかし、エイプリルフル自体は、江戸時代にすでに日本に入ってきていました。江戸時代は「嘘をつく日」ではなく、「不義理の日」とされており、4月1日には、不義理をした人に宛てて不義理を詫言する手紙を書いていたそうです。また、嘘をついてもいいのは午前中だけ、という話がありますが、これはイギリス由来の説だそうで、アメリカやフランス・ドイツ等では一日嘘をついてもいいそうです。皆さんが「ふふ」と笑いたくなる嘘でエイプリルフルを楽しんでくださいね。

院長のさ

3月になり、暖かくなり春の便りが多く耳に届くようになってきました。庭にはふきのとう芽を出し、陽が長くなり、春一番が吹き寒暖の差が少なくなってきました。今月末には桜の花が見頃になる予定です。お花見が待ち遠しい方も多いと思います。子供たちは外遊びが楽しくできる季節になりました。

新芽、つぼみが膨らむいっぽう、花粉症の方には、きびしい季節でもあります。最近では空気清浄機、花粉防御グッズ、アレルギー性鼻炎薬などが数多く開発されてきており、症状は軽減しているようですが、花粉症の原因のスキ花粉、排気ガス、飛散微粒子などは年々増加しているようです。

さらにアレルギー体質の方が近年増加しているようです。今後、この体質改善法や予防策などについても考える必要があると思います。

暖かい季節を利用した健康増進を進めていきたいものです。