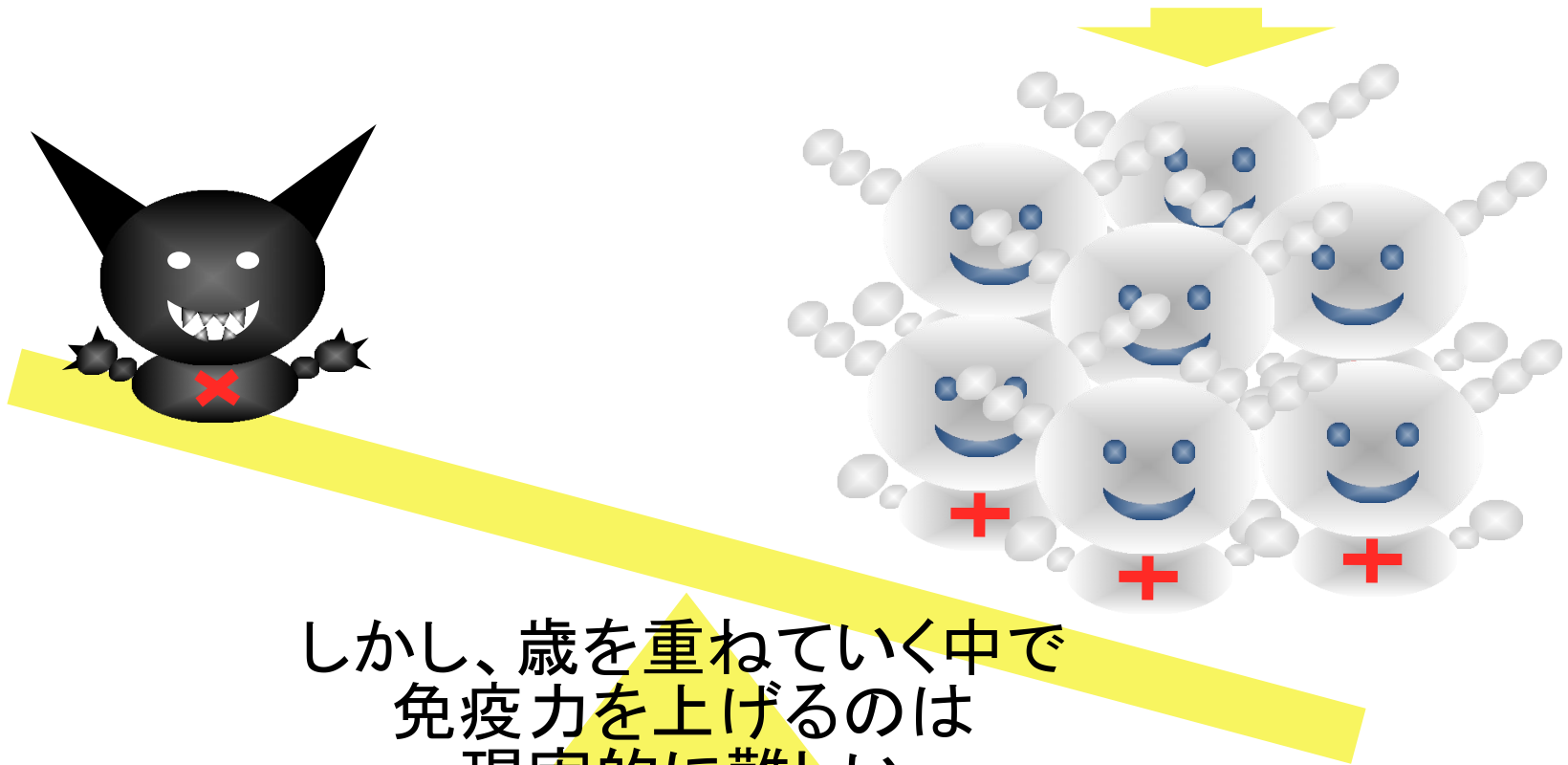


歯周病の進行とは？ ②

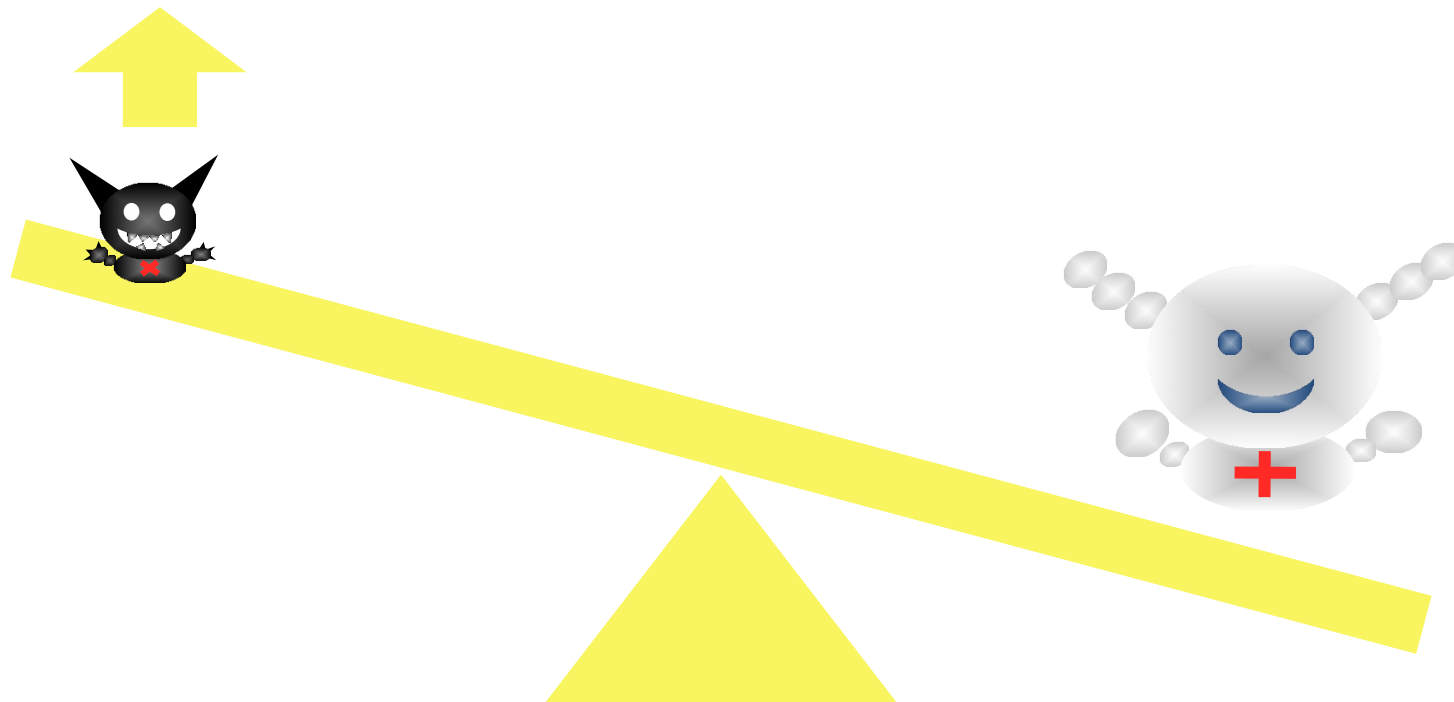


症状改善とは？ ①

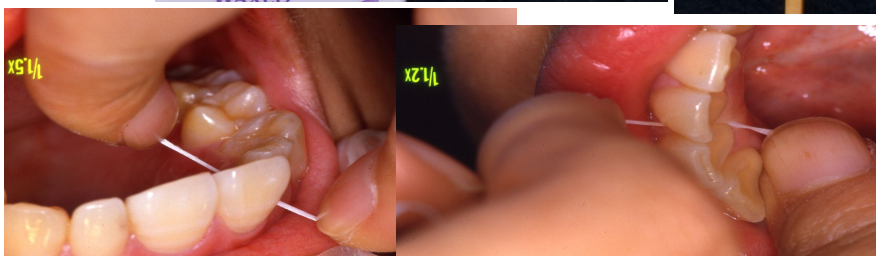
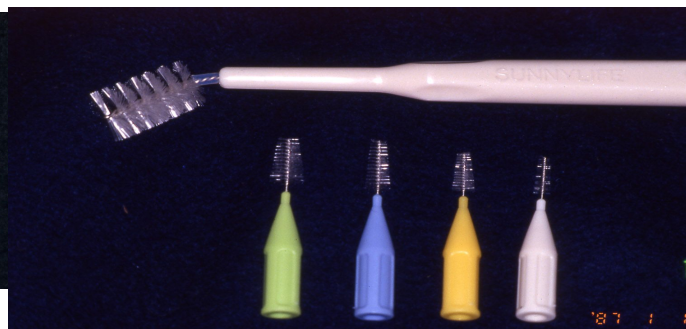


しかし、歳を重ねていく中で
免疫力を上げるのは
現実的に難しい

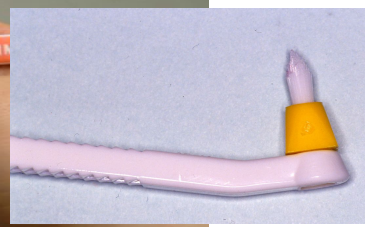
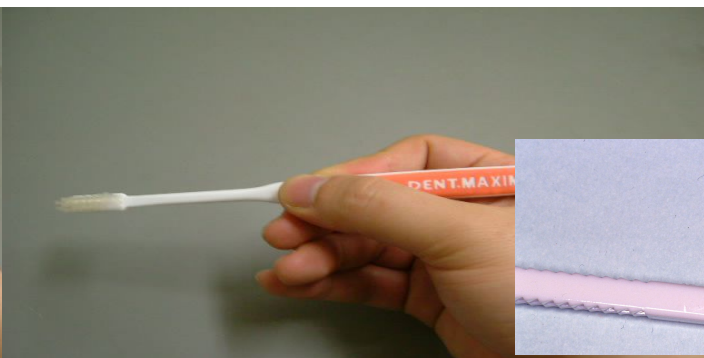
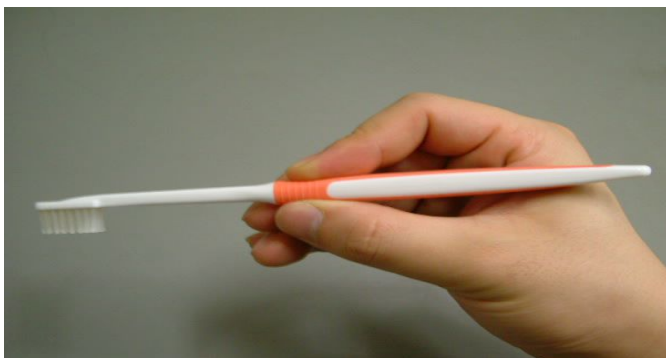
症状改善とは？ ②



歯間ブラシ・歯ブラシ等で細菌を取ればいだけ



毎日の
歯の手入れが大切



迷信!?! 歯周病は、病気なのか？

**答：病気というよりは、むしろ正常な異物除去反応
(細菌から身を守る生体防御反応)**

歯肉炎や歯周炎の状態でなくても、目に見えない程度で生体防御反応は起こっており（自然免疫）、歯肉溝中にいる少量の細菌の場合は、顕著な炎症が無い状態が得られている。

ところが、ブラッシング不足などにより自然免疫では対応しきれない場合は、より多くの免疫細胞の動員が必要となり、**毛細血管の増生→血管拡張→浸出液の増加による感染局所への免疫細胞の動員**、とつながっていき、歯周ポケット中にいるより多くの細菌に対応しようとする。この状態が歯肉炎や歯周炎であり、生体にとって必然的な状態である。

（だからこそ、人間の手による細菌の除去（ブラッシング）が必須となる。）

迷信!?! 歯周病予防の基本は歯ブラシ？

答：よくみられる歯周病の場合、実は歯間ブラシの方が有効！

一般的に 精密検査の結果、
歯周ポケットが深い=炎症が強い=細菌の影響が強い 部位は明らかに歯間部
そして、歯間部清掃をしていない人の方が多く だいたいやり方を知らない！

だからです

歯ブラシの指導は、よほど下手な人以外は 唇舌側のプラーク残存が歯間部よりも目立つ段階からでもいいのかもしれませんがね。

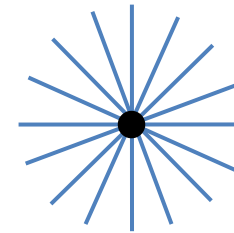
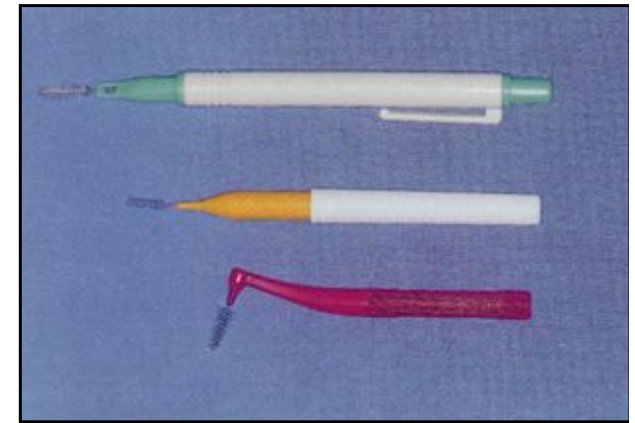
歯間ブラシ

使用方法



【挿入】
歯間ブラシは挿入の際、
上顎は先端を下向き、下
顎は先端を上向きにし歯
肉をキズつけないよう注
意する。

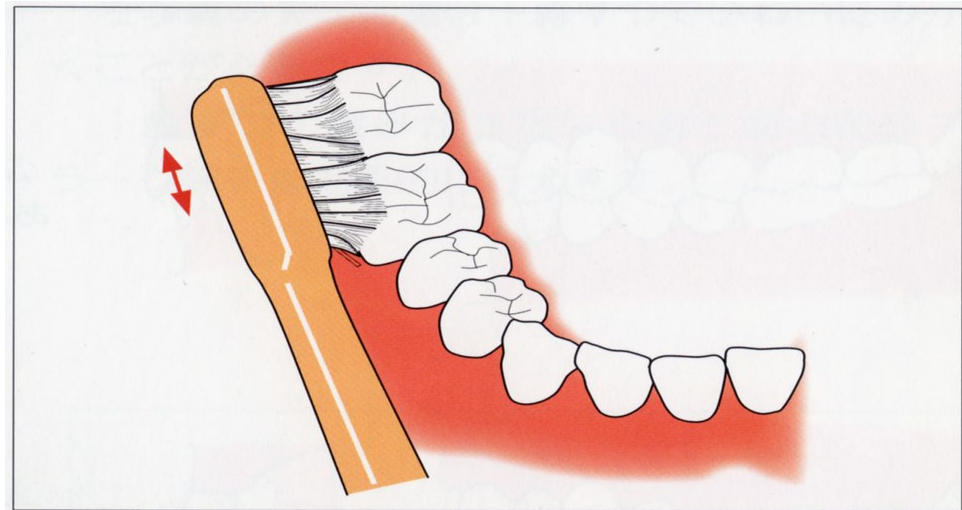
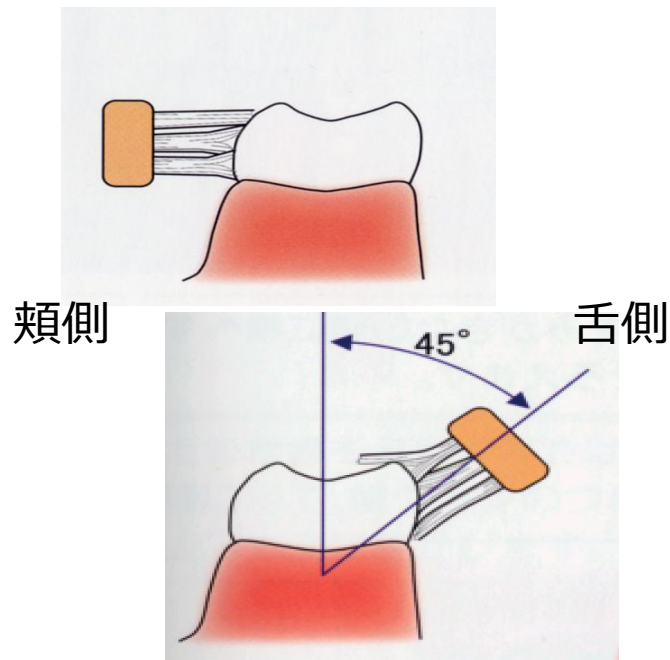
【沿わせ方、動かし方】
挿入した部分の近心と遠
心の歯と歯肉の境目に沿
わせ、抜き差しする方向
に1～2mm、数回動かし
プラークを除去する。



普通の歯ブラシは?? (毛先を使うブラッシング法)

スクラビング法 (scrubbing method)

歯ブラシの毛先を用いるブラッシング方法である。歯ブラシの毛先を唇頬側では歯面に直角 (90°) で、舌口蓋側では歯軸に対し約45°の角度で歯頸部に当て、近遠心方向に小刻みに振動させる。容易で、プラーク除去効率が高い方法である。



歯ブラシの毛先は歯と歯の間と歯と歯ぐきの境目に当て、軽く力を加えながらこまかい横みがきで、小さざみに歯ブラシを20回動かします。