

H26.8.9

歯を削らない歯医者さん



長尾和宏(ながお・かずひろ)
東京医大卒業後、大阪大第二内科入局。平成7年、尼崎市で「長尾クリニック」を開業。外来診療から在宅医療まで「人を診る」総合診療を目指す。医学博士。近著「平穀死・10の条件」「胃ろう」という選択、「しない選択」はいずれもベストセラー。関西国際大学、東京医科大学客員教授。56歳。

残そうと思うなら、漫然と歯磨きをしているだけでは不十分だそうです。

私は「いざとなれば、インプラントがあるしな」とずつと思つてきました。街角でもインプラントの広告をよく見かけるようになっています。

しかし、インプラントはけしで簡単な手術ではないそうです。考えてみれば、あごの骨に直接ボルトを入れるわけですから、細菌がちょっと入っ

「わざか5分で虫歯菌を除く方法があるんだ。健保は利かないけどね」。知り合いの歯科医がそう教えてくれました。「PMTcや3DSっていう歯周病の最新治療法なんだ」と初めて聞く言葉で、どんなものか、興味津々に尋ねました。

PMTcとは、歯の表面にできたバイオフィルムを消し去る技術で、「プロフェッショナル・メカニカル・トゥース・クリーニング」の略。スウェーデンで開発された、歯

科衛生士が歯の表面をきれいにする機械的歯面清掃法とのことでした。

「歯周病がひどい人には、3DSという方法もあるよ。ボクシングの選手がはめるマウスピースに似た『リテーナー』で歯周病菌を殺す方法だ」といいます。

上下の歯型をとつて作ったリテーナーと歯を密着させる

不十分ならPMTcや3DSを

知れば知るほど恐ろしくなる歯周病ですが、健康長寿を目指すなら、虫歯菌や歯周病菌を寄せ付けないことが一番大切です。80歳で20本の歯を

知れば知るほど恐ろしくなる歯周病ですが、健康長寿を目指すなら、虫歯菌や歯周病菌を寄せ付けないことが一番大切です。80歳で20本の歯を

ただで歯の周囲や骨の中に感染が一気に広がります。

その歯科医は自分自身は上あごを一晩、下あごを一晩と分けて入れているそうで、初めて聞いた横文字の医療に驚くばかりでした。

知れば知るほど恐ろしくなる歯周病ですが、健康長寿を目指すなら、虫歯菌や歯周病菌を寄せ付けないことが一番大切です。80歳で20本の歯を

だけだから簡単。虫歯菌の除菌だけなら5分でいいが、歯周病菌には一晩はめて朝になればそれを外して口の中をすすぐでから歯磨きをする。歯医者さんでリテーナーを作つてもらえば誰でも自宅で簡単にできることがあります。

その歯科医は自分自身は上あごを一晩、下あごを一晩と分けて入れているそうで、初めて聞いた横文字の医療に驚くばかりでした。

知れば知るほど恐ろしくなる歯周病ですが、健康長寿を目指すなら、虫歯菌や歯周病菌を寄せ付けないことが一番大切です。80歳で20本の歯を

Dr. 和の歯医者日記

【健康長寿】シリーズ⑦

だけだから簡単。虫歯菌の除菌だけなら5分でいいが、歯周病菌には一晩はめて朝になればそれを外して口の中をすすぐでから歯磨きをする。歯医者さんでリテーナーを作つてもらえば誰でも自宅で簡単にできることがあります。

その歯科医は自分自身は上あごを一晩、下あごを一晩と分けて入れているそうで、初めて聞いた横文字の医療に驚くばかりでした。

知れば知るほど恐ろしくなる歯周病ですが、健康長寿を目指すなら、虫歯菌や歯周病菌を寄せ付けないことが一番大切です。80歳で20本の歯を

ただで歯の周囲や骨の中に感染が一気に広がります。

その歯科医は自分自身は上あごを一晩、下あごを一晩と分けて入れているそうで、初めて聞いた横文字の医療に驚くばかりでした。

知れば知るほど恐ろしくなる歯周病ですが、健康長寿を目指すなら、虫歯菌や歯周病菌を寄せ付けないことが一番大切です。80歳で20本の歯を

す。彼らは在宅患者さんの口腔ケア、嚥下内視鏡、嚥下リハビリなどの「食支援」もやつてくれます。また、PMTcや3DSを積極的に取り入れて大変な事になった人もいます。インプラントは歯周病をチエックしないまま手術をします。インプラントは歯周病の徹底した除菌が前提です。手術後も3DSなどの歯の徹底した除菌が前提です。手術後も3DSなどの歯のメンテナンスが必要です。

遺跡から出た人骨を調べる

と、縄文時代から虫歯や歯周

病はあつたようです。当時よ

りずっと柔らかいものやお砂

糖を食べている現代日本人

は、繩文人よりずっと虫歯に

なりやすくなっています。歯

磨きを毎日しつかりすればい

いだけじゃないかと思われる

方が多いでしょう。しかし、

ドバイスをしてくれるので

歯科衛生士も集まります。チ

ーム医療で口の中の健康のア

クセ

の目標達成が難しい人も大勢

す。

す。彼らは在宅患者さんの口腔ケア、嚥下内視鏡、嚥下リハビリなどの「食支援」もやつてくれます。また、PMTcや3DSを積極的に取り入れて大変な事になった人もいます。インプラントは歯周病をチエックしないまま手術をします。インプラントは歯周病の徹底した除菌が前提です。手術後も3DSなどの歯のメンテナンスが必要です。

遺跡から出た人骨を調べる

と、縄文時代から虫歯や歯周

病はあつたようです。当時よ

りずっと柔らかいものやお砂

糖を食べている現代日本人

は、繩文人よりずっと虫歯に

なりやすくなっています。歯

磨きを毎日しつかりすればい

いだけじゃないかと思われる

方が多いでしょう。しかし、

ドバイスをしてくれるので

歯科衛生士も集まります。チ

ーム医療で口の中の健康のア

クセ

の目標達成が難しい人も大勢

す。

暑い日が続きますが、くれ

ぐれも熱中症には注意くだ

さい。

私の知人に「歯を削らない

歯医者さん」が何人かいま

す。