



沖歯科医院便り

発行/沖歯科医院 〒053-0855 苫小牧市見山町4丁目1-6

☎0144(72)8558 ☎0800(800)8545

<http://www.oki-dentalclinic/>



あなたは大丈夫？口腔感染症

口腔感染症と聞くと馴染みがないかもしれませんが、「歯周病」もしくは「歯槽膿漏」なら皆さんご存知のことでしょう。

歯周病はかつて歯槽膿漏と言われていました。その実態は、口腔内の細菌によって歯肉など歯の周囲の組織に炎症がおきる**細菌感染症**です。現在でも30～50代の8割、60代の9割が罹患しています。痛みがないため気づかなかったり、そのままにしてしまう方も多いのですが、重度の場合、歯周病が原因で全身疾患が悪化する場合があります。

お口の中の細菌をゼロにすることは不可能ですので、細菌をコントロールするために定期的な歯石取りを始めとした歯周病治療や日常のセルフケアが重要になります。当院では患者さんの口腔内や全身疾患の状態に合わせて定期検診の間隔を設定するようにしています。全身の健康のためにも歯周病ケアをしっかりと行っていくことをお勧めします。患者さん一人一人のお口の中の状態にあったケアの仕方を衛生士がアドバイス致しますので、わからないことがありましたら、お気軽にお声かけ下さい。

歯周病と関連があるとされる全身疾患の一例

*肺炎 *糖尿病 *心筋梗塞 *動脈硬化 *早産・低体重児出産

歯とお口のトリビア

口呼吸をやめると横顔美人になれる？

口呼吸をするとお口の中が乾燥するため、むし歯や歯周病になりやすかったり、口臭が強くなったり、歯に着色汚れがつきやすくなったりします。このように口呼吸はお口の健康状態を悪化させてしまいますが、さらに美容にも悪い影響を与えることはご存知でしょうか？ 口呼吸が習慣になっていると口を閉める筋肉が衰え、口角が下がったり口元がたるんだりして、老けた印象になってしまうのです。反対に、口呼吸をやめれば口元がきゅっと締まり、横顔も美しくなります。ちなみに、美しい横顔の基準とは、鼻の先とあごを結んだ線（E-ライン）の内側に唇が収まっている状態だと言われています。そこで、日本成人矯正歯科学会では「E-ライン・ビューティフル大賞」として美しい横顔の著名人を毎年選出しており、今年女優の井上真央さんが受賞されました。皆さんも横顔美人を目指して、鼻呼吸を意識しましょう！

