

12月になりました。年末といえば大掃除！大掃除の習慣は、毎年この時期にテレビのニュースで見る神社やお寺での煤払い（すすはらい）に由来しています。昔は、年神を迎える準備を、昔の暦で12月8日からはじめていました。その後江戸時代になって、鬼宿日（とても運氣良大吉日）にあたる12月13日を「正月事始・煤払いの日」と定さだめたといひます。

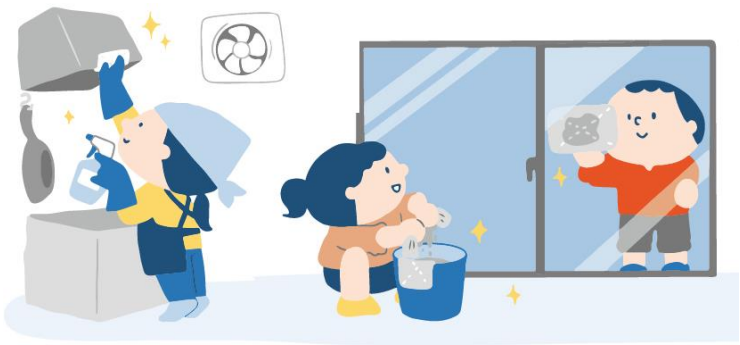
そして、一年の積もり積もった汚れを落とし、新年をきれいな状態で迎える準備をするために大掃除をする習慣が根付いていったと言われていひます。また、昔は竹の先に葉や藁を付けたものを使って掃除をしていひましたが、これを「清め竹」と呼ぶ地域もあり、煤払いには掃除だけでなく、お清めの意味も含まれていひます。

何事もきれいになるととても気持ちが良いですね。みなさん年末は忙しい時期ですが、予定を調整して歯科医院へ来て、治療やクリーニングを受けてください。お口の中もキレイにしてから気持ちよく新年を迎えましょう！

年末年始お休みのお知らせ



12月29日(日)午後～1月3日(金)は
休診いたします。



ひまわり歯科矯正歯科

電話 042-352-8241

診療科目 一般歯科、小児歯科、歯列矯正、審美歯科
インプラント、予防検診

交通手段 〒183-0045 府中市美好町2丁目10-3

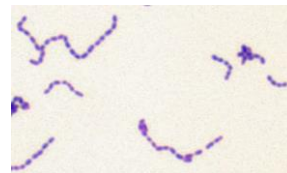
診察時間	月	火	水	木	金	土	日
午前	9:30～ 13:00	9:30～ 13:00	休診	9:30～ 13:00	9:30～ 13:00	9:30～ 13:00	9:30～ 13:00
午後	14:30～ 19:00	14:30～ 19:00	休診	14:30～ 19:00	14:30～ 19:00	14:30～ ※18:00	14:30～ ※18:00
※土・日の午後は18:00まで 休診日：水曜日・祝日							

どうして虫歯ができるの？

★虫歯の原因菌

歯を磨いているのに、どうして虫歯ができてしまうのでしょうか？人によっては虫歯が一本もないという人もいます。その差は、お口の中に虫歯菌がいるかいないかの違いによります。

人間の口の中には数百種類の菌がいると言われています。この菌の中で、むし歯を作る原因菌として最も病原性が高いものがストレプト・コッカス・ミュータンス菌という菌です。右の写真がこの菌です。う～んなんたか気持ち悪いですね。



ミュータンス菌は甘いものが大好きで、食べ物に含まれる糖を食べて歯の表面に**プラーク（歯垢）**という白っぽいねばねばした物を出します。プラークには沢山の菌が住み付いたマンションのようなもの。なんと1mg中に1億個ほどまでに増殖するのです。

そして、このプラークが形成されてから24～48時間で、ミュータンス菌などのむし歯菌が、食べ物に含まれる糖質によって**酸**を作り出します。この酸が歯の表面のエナメル質を溶かしてしまい、むし歯ができるのです。

★どのように進行するの？

むし歯は感染症ですので、放置しているとどんどん進行していきます。むし歯の進行度はC0～C4などという言葉で表します。C1までは自覚症状はありません。早いうちに見つけて治療することが大切です。

C0：カリエスオブザベーションの略。エナメル質が白濁しまだ穴もあいていない状態。

C1：むし歯がエナメル質まで留まっているもの。（ほとんど無症状）

C2：象牙質まですすんだもの。（歯がしみる。冷温水痛など）

C3：歯髄（歯の神経）まで及んだもの。（ズキズキと痛む）

C4：歯の頭の部分（歯冠部）が崩壊して、根だけが残った状態。（もう痛みはない）



★むし歯にならない為にはどうすればいい??

むし歯ができるにはこの様な式が考えられます。このどれか一つでもなければ、むし歯にはならないということです。

① 歯＋②糖質＋③むし歯菌＋④時間＝むし歯の発生！

むし歯予防にとって最も大切なのは、適正な方法のハミガキをして、むし歯の原因になるプラークを取り除くことです。しかし、自分での歯磨きは、どんなに丁寧に磨いても30%程度の歯垢は残ってしまうと言われています。また、歯石になると自分では取り除くことができません。定期的に歯科医院に行き、歯科衛生士さんに専用の器具を使って歯垢と歯石を除去してもらいましょう！



ひまわり歯科矯正歯科

