渡　辺　会　通　信

渡辺歯科（楠・戸島）小

第 10 部

段々と朝晩がひんやり、秋の訪れです

やっかいな台風が過ぎ去ってから、急に冷え込みだしまし
日中はまだ暑いので、着る服を考えないと…クシュン！なん
ともあります。　一枚上着を持っておでかけください♪

キーン！(>　<)歯がしみる！
～知覚過敏症とは～

冷たいアイスを食べたとき、「キーン！」としみたことはありませんか？「冷たさを感じる」を通り越して「痛み」になると、それは知覚過敏症です。しばらくたつと感じなくなることもありますが、悪化すると熱いものもしみるようになります。食事のたびに頭を突き抜けるような痛みが走っていては、おいしく味わうこともできません。原因をつきとめ、対処していく必要があります。

原因

歯ぎしり、かみしめ　歯の表面を覆うエナメル質はとても硬いのです
剰な噛み合わせの力がかかると徐々にかけたりヒビが入ったりしてし
す。また過剰なハミガキでも毎日続けてしまうとエナメル質は磨り減っ
ます。するとエナメル質の中にある軟かい象牙質がむき出しになり、刺
度に神経に伝わってしまうのです。

ハミガキのやりすぎ、こす

酸蝕症

すっぱい食べ物には酸が多く含まれており、摂取しすぎると
とエナメル質は溶けて段々と薄く、弱くなっていきます。

歯周病で歯
下がった

歯グキの下にはエナメル質はなく、セメント質が表面を覆っています。歯周病が
で歯グキが下がるとこのセメント質がでてくるのですが、セメント質はエナメル質
強くなく、すぐはがれてしまい中の象牙質がむき出しになってしまいます。

療

セルフケア

なくても、軽度の知覚過敏はおさまることがほとんど
させないため、また予防の意味もこめて毎日のブラッ
をつけてみてください。

知覚過敏予防のハミガキのポイント☆

毛先のハブラシをつかう
れすぎない
物の配合された知覚過敏用の歯磨き粉を使う
ハ物を食べたあとは、30 分たってから歯を磨く

コーティング　すり減っている量が少な
ば、象牙質の表面の刺激を伝える穴をコーテ
剤でふさいでしまうだけでも十分効果が得ら
す。何度も重ね塗りすることで徐々に症状がお
っていきます。

詰め物　大きくすり減っている場合、汚れ
まりやすくなったり小さい虫歯になってしま
ることもあります。もとの歯の形に近づける。
白い詰め物をして象牙質をカバーします。