

歯磨きと全身疾患

—プラーク(歯垢)の影響!?!—

歯磨きで守られるのは歯や歯ぐきなど、口元だけだと思っ
ていませんか？

歯磨きを行うことで、食後のお口の中から食べかすやブ
ラーク(歯垢)を取り除いていることは皆さんもよくご存
知だと思います。食べかすは食べ物の残りかすであること
は説明の必要もありませんね。

では、プラークとはどんなものでしょう？
数百種類の細菌が集まってできた塊、それがプラークです。

このプラークですが、寝ている間にもせっせと増え続け
てしまうので、毎日歯を磨くことでこすり落としていか
ないと、排水口がヌルヌルになるのと同じように歯の表面
はプラークでヌルヌルした状態になってしまいます。
プラークはお口の中で虫歯や歯周病の原因となります
が、お口の中だけでなく、身体の病気にも影響をあたえる
ということをご存知でしょうか？例えるなら、糖尿病、動
脈硬化、肺炎などの病気の引き金になりますし、さらに風
邪やインフルエンザなどの感染症を引き起こす原因と
なったりもします。また、大きな手術を行わなくてはなら
なくなった場合、その下準備として、現在は多くの医療機
関で口腔ケアを行うようになってきています。

これは大きな手術をする場合、全身麻酔を行ったりしま
すが、このとき患者さんが窒息したりしないよう人工呼吸器
のチューブを鼻や口に取り付けます。そうすると口元から
喉を経由し肺までチューブが伸びることになりますが、こ
のチューブの外側を伝って、お口の細菌が肺や気管支に入

り込み、肺炎を引き起こす場合もあります。ですから術前に
歯医者さんでクリーニングを行い、プラークや歯石を除去
しておけば、こういったリスク(危険度)が下がります。この
ため、手術前に口腔ケアを行うようになってきたのです。

同様に高齢者によくある誤嚥でも、お口の中が汚ければ誤
嚥時に細菌も一緒に取り込んでしまうため、肺炎になる確
率が高まり、お口のお手入れをしっかりとしておくことでリ
スク(危険度)を下げるすることができます。糖尿病、動脈硬化、
肺炎などの病気や風邪やインフルエンザなどの感染症が
プラークと関連があり、これらを悪化させることになりま
すので、歯を磨くことでこれらの病気を予防することにつ
ながります。

何より歯磨きのいいところは、副作用がなく、低コストで
済むというのも大きな利点です。
当然ですが、歯ブラシだけでなく、デンタルフロスなどの
補助的清掃器具を用いることでその効果は上がってい

ます。さらに歯医医院で定期的なメンテナンスを受けるこ
とでもその効果は高まります。

これは歯磨きでは取りきれなかった、歯と歯ぐきの間のブ
ラークや歯石を専用の器具で取り除くことができるから
です。ですから一般的には数ヵ月から半年に1回は歯医
院でメンテナンスを受けることが推奨されています。

まずはプラークによる全身疾患への影響を、毎日の歯磨き
を習慣付けることでなくしていきましょう。



KOIKE Dental Clinic



ロビー カウンセリングルーム



診察室

小池デンタルクリニックは…

- 「一般歯科」ですのでお気軽にお訪ねください。予約診療制をとっています。
- 患者さまのご意向を確認しながら治療を進めます。診療方針として、「歯1本」ではなく、「口の中全体」を1つの単位として治療計画を立ててまいります。
- 患者さまのプライバシーに配慮し、診療室はすべて個室となっています。
- 治療計画などをご説明したり、お悩みをお聞きしたりするためにカウンセリングルームを設けています。



院長 小池 秀行

歯学博士
日本補綴歯科学会専門医

※歯が欠けたり失われたりした場合に、かぶせ物、差し歯、ブリッジ、入れ歯(義歯)、インプラントなどの人工物で補い、機能・審美を回復することを専門とし、学会で認められた歯科医師です。
社団法人日本補綴歯科学会 <http://www.hotetsu.com/p1.html>



LED 照明付歯科用双眼ルーベ
*全スタッフが所持しています。



口腔外
バキューム



LED 無影灯



LED 照明付タービン

使用器材の衛生管理のため、洗浄・消毒に関する国際規格(ISO15883)に基づいた
高度な洗浄・消毒や、高い安全性を追求した滅菌システムを採用しています。



ホルホープ (ガス滅菌器) クアトロケア (自動注油洗浄器) スティティム Lisa (高圧蒸気滅菌器) ミーレジェットウォッシャー (洗浄・消毒器)



ピエゾン
マスターサージェリー
(超音波振動外科手術器)



炭酸ガスレーザー
歯科用CT

- 診療内容
- ・ 歯科一般外来
 - ・ 審美
 - ・ インプラント
 - ・ 歯周外科
 - ・ 口腔外科

診察時間	月	火	水	木	金	土
午前9:00~12:30	●	●	●	—	●	●
午後2:00~6:00	●	●	●	—	●	●

休診日 木曜日・日曜日・祝日 ※祝日のある週は木曜日診療