

変わる！虫歯の予防

はじめに

歯医者さんでは、「PMTC」と呼ばれる予防の歯のケアが受けられます。「PMTC」の主な流れは以下の通りです。



歯のクリーニング

むし歯菌は、「バイオフィルム」と呼ばれる細菌の膜を形成し、これがむし歯の原因となります。この「バイオフィルム」は通常のハミガキでは取れません。歯医者さんでは専用の機械で「バイオフィルム」を取り除いたり歯の汚れをクリーニングできます。



歯のフッ素ケア

フッ素の効果 … フッ素は自然元素のひとつです。歯質強化作用が注目され、世界各国でもむし歯予防に利用されています。

- 期待効果① 酸に強くて強い歯をつくる
- 期待効果② むし歯菌が酸を作るのを抑制する
- 期待効果③ むし歯になりかけた歯を健全な状態に近づける(再石灰化)



フッ素塗布

フッ素の入ったジェルを歯に塗ります。フッ素濃度が高いため一度に高いフッ素の効果が見られます。

手軽さ	★★★★☆
持続性	★★★★☆



歯の予防コーティング

フッ素の入ったコーティング材で歯をコーティングします。コーティング材がフッ素を取り込み機能を持っている製品もあります。フッ素含有のハミガキ剤などでフッ素を取り込み継続的にフッ素の効果が見られます。

手軽さ	★★★★☆
持続性	★★★★☆



- ポイント** フッ素取り込みのできるコーティング剤では、フッ素入りのハミガキ剤やジェルをお使いいただくと、フッ素をコーティング材に補充することができます。
- コーティング材は歯の色に近いので、見た目の違和感ほとんどありません。
- フッ素ジェルを塗布するだけの方法より長持ちします。

フィッシャーシーラント処置

お子さまのむし歯予防には、フィッシャーシーラント処置をおすすめします。乳歯の奥歯や生え変わったばかりの臼歯(永久歯)は、溝が深く、歯ブラシが届きにくいので、むし歯になりやすい場所です。フィッシャーシーラントとは、むし歯になりやすい歯の溝を、フッ素含有の樹脂でコーティングする処置のことです。

手軽さ	★★★★☆
持続性	★★★★☆



監修: 日野浦歯科医院 日野浦光先生

(株式会社 松風 ホームページ はいく／変わる！虫歯の予防)