

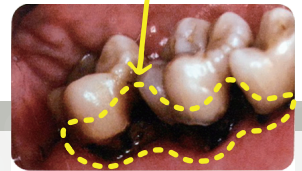
# いま高齢の方を中心に急増中。ホントに怖い！

## 「根面う蝕」とは？！

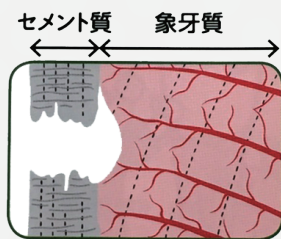
歯周病や加齢、ゴシゴシ磨きによって歯ぐきが下がると、根の表面が露出します。見かけも気になるけど、それ以上に問題なのが歯の根の表面はとてもむし歯になりやすいということ！しかも、むし歯が進行すると根元からポキッと折れてしまい、せっかく残せていた歯も失いかねません。



黒くなっているのが「根面う蝕」



根面がむし歯になりやすいのはなぜ？

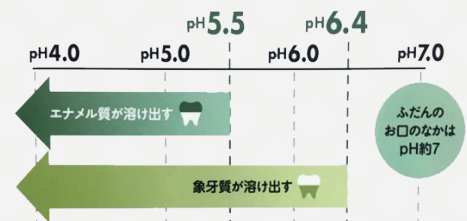


### その1

根面の象牙質を覆うセメント質がとても薄いため、セメント質がすぐに破壊される。象牙質を覆うセメント質の厚さはわずか20ミクロンほどで薬用オブラートと同程度の薄さ。そのため細菌の出す酸によって容易に溶かされてしまいます。

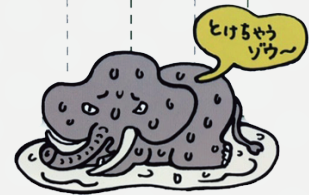
### その2

象牙質はエナメル質より酸に弱く早く溶ける。エナメル質が溶けるpHは5.5、象牙質はpH6.4から脱灰がはじまります。しかも、細菌の出す酸だけでなく酸性の飲み物でも脱灰してしまうのです。



- ✓ 根面う蝕の原因は、『歯ぐきが下がる』こと！
- ✓ いちばんの予防は、『歯ぐきを下げない』こと！

『歯ぐきを下げない』ために…



### その1 歯周病を予防する

歯ぐきの腫れや歯のぐらつきを感じる前に、定期的に歯科医院にメンテナンスに通って検査してもらいましょう。ご自分で磨けないところを歯科衛生士さんにクリーニングしてもらうのも大切です。

### その2 みがき方にご注意を

日常的に力を入れてゴシゴシみがきを繰り返していると、歯ぐきを傷つけ下がってしまう原因になります。歯や歯ぐきを傷つけないように、ゴシゴシこすらない、やさしく丁寧な歯みがきを歯科医院で教えてもらい、間違っていないか定期的にチェックしてもらいましょう。

### その3 歯間ブラシや

#### タフトブラシを使おう

歯と歯の間がみがけていないとそこから歯周病になってしまいます。特に歯と歯の間は歯ブラシの入りにくい場所です。歯間ブラシやタフトブラシを日常の歯みがきに取り入れて歯周病によって歯ぐきが下がるのを予防しましょう。



### その4 ダブルのフッ素で戦おう

高濃度フッ素配合歯みがき剤 (1,450ppm) + フッ素ジェル

👉がおススメです。使った後、うがいのしすぎはフッ素効果を下げってしまうため、軽く1回最低限にしましょう。(おちょこ1杯位の水量で)就寝前に使用するのが一番効果的です。フッ素配合製品を活用してむし歯菌から歯や根面を守りましょう。