

## 2021年6月号 No.217

早いもので2021年も半分が過ぎようとしています。今月は歯科医師の岸本が担当します。コロナの前線で頑張ってくださいの方に感謝の日々が続きますね。自分に出来る事はみなさんのお口の健康をよりよくするお手伝いくらいですが、先月号でもあったように、お口の中を清潔に保つのは感染対策の上でも大事だと言われています。今月は、歯の“汚れ”のお話。

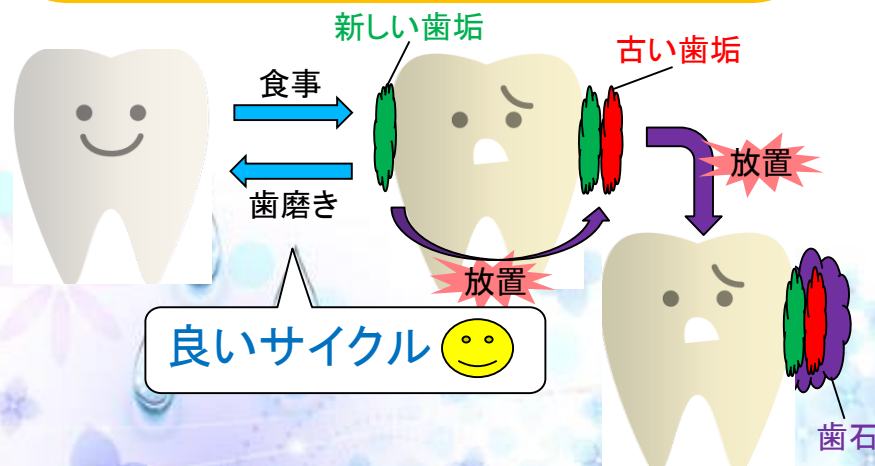
### そもそも歯の“汚れ”って？

歯垢（プラーク）と呼ばれる“汚れ”とされているもの、食べかすだと思われがちですが、実は違います。歯の表面には常に薄い膜があり、それに菌がくっついたものことなんです。日々の歯磨きで取り除く**歯垢 = 菌の塊**ということになります。当院で歯周病のお話を聞かれた方々はご存じですよ(^\_^)この菌の塊、**新しい歯垢**では常在菌というお口の中のバランスを保ってくれている**善玉菌**で構成されています。歯ブラシで簡単に取り除くことが出来ます。

6月3日・10日・17日・24日  
(木)は休診です。  
よろしくお願ひします。

### なぜ歯磨きをするのか？

歯垢 = 善玉菌の塊なら歯磨きしなくていいのでは？と思われた方、注意しましょう。この歯垢を放置すると、上に**悪玉菌**がくっつき**古い歯垢**になります。古い歯垢は**非常に毒性が強く**、歯茎の腫れを引き起こします。歯ブラシで簡単には取れなくなります。さらに放置すると歯ブラシでは取れない**歯石**になります。**新しい歯垢**のうちに取り除くことでお口の中の**健康が維持**されます。



医療法人 SHT  
まき歯科・矯正歯科クリニック  
Smile Health Thanks



〒700-0975 岡山市北区今3-1-35

TEL 086-243-1006

FAX 086-243-1106

HP: <http://www.maki-dental.jp>

Mail: [makishika@do5.enjoy.ne.jp](mailto:makishika@do5.enjoy.ne.jp)

まき歯科ブログはこちら↓ よろしくね。

<http://blog.livedoor.jp/makishika/>