

「一生ステキなスマイルでいるための3つの方法」

オズ・デンタルクリニック 小冊子

「前章」院長からのあいさつ

こんにちは、院長の吉崎ゆかりです。

私が開業以来心がけていることは、「自分だったらこういう治療をして欲しい」という治療を患者様にしてさしあげることです。

幼い頃の私は、永久歯が生えてすぐに虫歯で苦しむようになりました。

毎日めんどろな歯磨きをしているのにどうしてだろう？

と子供心に不思議に思っていたのを覚えています。

小学校の歯科検診の度に治療勧告の紙をもらって、大嫌いな歯医者さんに何回も通って。

ちゃんと治療済み証をもらってくるのに、翌年はまた必ず治療勧告書ももらいました。

永久歯も小学校のうちに4本失ってしまい、

「こんなに頑張っているのにどうして？」と悩みました。

その謎が解けたのは歯科大学に入学してからです。

歯科衛生学の授業でブラッシングの正しい方法を学んで、衝撃を受けました。

ずっと間違ったブラッシングをしていたのです。

もっと早い時期から正しい歯磨きをしていれば...と悔やまれました。

全てはブラッシングだったのです。

もちろん、歯ブラシだけではなく歯間ブラシ、フロスも必要ですが、

問題はそのやり方だったのです。

そんな歯医者通いの人生を20年も送ってきた私には、

患者様のつらい思いがよくわかります。

歯が痛くて眠れない思いも、歯医者に行くのに勇気がいることもよくわかります。

明日こそ歯医者に行かなくちゃと思う時の心の重さ、ドアを開けるときの暗い気持ち。

だからこそ、自分だったらこういう治療をして欲しいと思える診療をしたい、

と私は思っています。

今の歯科医学は進んでいます。いい治療法もたくさんあります。

たくさんお話してご希望を伺い、患者様にとってベストな治療計画を

立てさせていただきます。

一緒に、にっこり笑えて何でも食べられる明日をめざしましょう！

「1章」 予防歯科について

健康診断や人間ドッグに定期的に通われている方でも、
「毎日歯を磨いているから大丈夫」「痛みがないから歯科医院へ行く必要はない」と、
なかなか歯科医院には足が向かないようです。

しかし虫歯や歯周病は痛みや不快感が出てから治療を行うと時間がかかるうえに、
患者様の負担も大きなものに。

「もっと早く治療を始めていたら・・・」というケースも少なくありません。

病気も虫歯も歯周病も、**早期発見、早期治療**が大切です。
また、定期的なクリーニングを行うことで虫歯や歯周病の予防になり、
大切な歯をいつまでも健康に維持することができるのです。

そこでオススメしたいのが、

【一生ステキなスマイルでいるための方法その1「予防歯科」】です。

「予防歯科」？なかにはピンと来ない人もいるかもしれません。それは、健康な時に通う歯医者さん
です。

これまでは、歯医者は歯が痛くなってから行くということが一般的でした。しかし、虫歯
や歯周病は痛みや不快感が出てから治療を行うと時間がかかるうえに、費用の負担も大き
なものになってしまいます。

予防歯科によって健康的な状態を保つことが重要となってくるのです。

北欧では予防歯科があたりまえ。そのため虫歯になる人が少ないようです。日本では、
予防歯科はまだあまり浸透しているとはいえません。

当院の予防歯科には、**【3つのプログラム】**をご用意しています。

■1 プラーク・コントロール

プラーク・コントロールとは歯や歯周病の原因となるプラーク（歯垢）の発生を、
歯磨きや食生活の改善などで予防することをいいます。

当院では患者様のプラーク・コントロールの状態や、お口の中の状況を
チェックして**お一人お一人に合ったプラーク・コントロール法を指導**しています。

■2 ブラッシング指導

では、「歯磨きしているのに虫歯になってしまう」のはなぜでしょう？

それは正しいブラッシングが行なわれていないからです。

磨いているのと磨けているのは大違い。

染色液で汚れが落ちているかチェックすると、意外に磨き残しが多く見られる場合があります。

磨きグセがあったり、奥歯のほうにしっかりブラシが届いていなかったり。

これでは虫歯ができて当然です。

大人になってからブラッシング指導を受けるのは、恥ずかしかったり

面倒だったりしますが、大切な歯の健康を守るためにも

ブラッシング指導を受けましょう。

■3 PMTC

PMTC（Professional Mechanical Tooth Cleaning）とは歯磨きしても

落ちない歯の汚れや細菌の巣であるバイオフィルムを、**歯科医師、歯科衛生士が専門的に器具を用いて取り除く**ことをいいます。

定期的に行なうことで虫歯と歯周病の予防になります。

ポリッシングは歯の表面を磨いて汚れを付着しにくくするもので、

お口の中の状態によってペーストを使い分けています。

歯石・ヤニ・ステイン（着色汚れ）は通常の歯磨きでは除去することができません。

無理に落とそうとすると歯や歯肉を傷つけてしまったり、歯の表面が粗くなって

余計に汚れやすい状態になります。

全体の検診も兼ねてクリーニングをしましょう。

お口の中がさっぱりして気分も爽快になりますよ。

「2章」 審美歯科について

あなたは笑顔に自信がありますか？

口元の美しさは、第一印象に大きな影響を与えます。

笑顔に自信がもてれば、気持ちもポジティブに会話も楽しくなります。

一般的な保険診療では虫歯の治療を行い、銀色やプラスチックの詰め物やかぶせ物をします。

歯の機能は回復しますが、見た目の美しさまで満足させることはできません。

プラスチックの場合、長く使っていると割れたり変色することもあります。

「歯を治療しても、自然な白い歯でいたい」

「人前でも大きな口をあけて、思い切り笑いたい」

そんな方にオススメなのが、

【一生ステキなスマイルでいるための方法その2「審美歯科」】です。

審美治療では歯の機能回復ばかりでなく、見た目の美しさも重視した治療を行います。

主な治療法としてジルコニア、メタルボンド、グラディアといった治療方法があります。

あなたのお口の中はどうか？

- ・以前治療した部分の歯ぐきが退縮したり、色に変色している。

→土台や差し歯に装着した金属のイオンが溶け出し、歯肉が変色したり生体が反応して退縮した状態です。

- ・口を開けた時に治療した部分の金属が目立ち、気になる。

→今までの修復物の材料には金属のみ、金属とセラミック、もしくは金属とレジンを用いたものが主に使われてきました。

- ・金属アレルギーである。もしくは疑いがある。

→お口の中の金属部分がアレルギーの原因となって、手のひらや体の様々な所にその影響が出ます。

当院で使用している「オールセラミックス」と呼ばれる“かぶせもの”で治療すると、これらを改善することができます。

では、審美治療に使用するジルコニア、メタルボンド、グラディアについてお話ししましょう。

【ジルコニア】

ジルコニアとはセラミックのことで、ジルコニア粒子と酸化アルミナ粒子がナノサイズで取り込まれ複合化したものです。

超硬合金にも勝る極めて強固なもので、お口の中でも劣化しにくく、安定しています。

わかりやすくいえば、**とても丈夫で長持ちする**、ということですね。

ジルコニア専用の陶材で焼き付けていきますから、天然歯に近い審美性があり、金属アレルギーの心配がありません。また、金属による歯ぐきの変色や退縮もありません。

(ジルコニアによる多数の文献によると、**現在までの症例において、アレルギー反応は報告されていません**)

奥歯の噛む力にも耐えられる十分な強度があるので、今までは難しかった奥歯などにも安心して使用することができます。

今までの金属を使用した、または併用した修復物に比べると透明性に優れ**天然歯により近い修復物**ができるというのも大きな特徴です。

自然な口元にするために、隣の歯と色を調和させる作業にはクリスタルアイというコンピューター色解析システムを用い、レベルの高い色調に仕上がっています。

【メタルボンド】

その名のとおり、メタルに陶材を焼き付けています。

自然な歯の色を再現することができ、変色することがありません。

※金属アレルギーをお持ちの方は、あらかじめ歯科医師に相談することをおすすめします。

【グラディア (※ハイブリットレジン)】

部分的な詰め物に使ったり、全体的にかぶせたりするのに使用します。

プラスチックの粒子に陶材の粒子を混ぜたもので、保険に使われるプラスチックより強く、審美性も向上します。

他の物に比べ安価ですが、仕上がりの美しさはプラスチックが入っているためにやや劣ります。

※金属アレルギーをお持ちの方は、あらかじめ歯科医師に相談することをおすすめします。

「3章」インプラントについて

もし、不幸にして、大切な歯を失ってしまったとき、その治療にはどんな方法があるのでしょうか？

抜けてしまった歯を元の状態に戻すには、

「入れ歯」「ブリッジ」「インプラント」の3つの治療方法があります。

でも、自分の歯にいちばん近い治療を選びたいなら…

【一生ステキなスマイルでいるための方法その3「インプラント」】をオススメします。

インプラント治療を受けたことがなくても、名前くらいは聞いた事があるのではないのでしょうか。

インプラントは自然歯とよく似たつくりをしていて、歯冠部（しかんぶ：歯ぐきから出ている部分）と歯根部（しこんぶ：歯ぐきに埋まっている部分）から構成されています。

虫歯や歯周病などで歯を失ったところに人工歯根の埋入（まいにゅう）手術を行い、その上に人工歯冠（ジルコニア、メタルボンドなど）を装着し、歯としての機能を回復させる治療法です。

自分の歯と同じように噛めて、違和感がありません。

自然歯とまったく変わらず、見た目もキレイです。

ただし、自費治療となりますので費用が割高になります。

また、全身状態の良くない方には不向きで、顎の骨の状態によっては骨造成（こつぞうせい：周囲の顎骨の再生治療）を行なう必要があります。

インプラント以外の治療法としては入れ歯とブリッジがあります。

入れ歯はバネの部分と人工の歯の部分と人工の歯肉の部分から成り、バネを残った歯にかけてお口の中で固定させて使用します。

残った歯を余り削らないで済むうえに、保険の範囲内での治療も可能ですが、バネのかかった歯が汚れやすかったり、負担がかかってグラグラしてしまうことがあります。

また、異物感があり、食べ物がはさまりやすい、喋りにくいなど

慣れるまでに時間がかかる場合があります。

ブリッジは残っている歯を土台にして、歯を失った場所を人工歯（じんこうし）で補います。

保険で対応できる場合が多いのですが、抜けた部位によって適用外になります。かぶせる部分がすべて銀色になってしまうので見た目が気になる、という人は自費診療をおすすめしています。

ブリッジにする場合は土台になる歯を削る必要があります、長く使用していると土台になっている歯に負担がかかって、寿命が短くなる場合があります。

他の歯を削ったり、違和感を感じることはないのがインプラントですが、

「インプラント手術は大変？」

「手術のあと、とても痛いのでは？」

ということを患者様から言われることがあります。

手術中は麻酔をするので痛みはありません。

鎮痛剤が処方されますが、術後の痛みはほとんどないケースが大半です。

サイナスリフトなどの骨の再生治療を一緒に行った場合や、埋入本数が多い場合には麻酔が切れると痛むことがあります。 **鎮痛剤で痛みは緩和されますので生活に支障をきたすことはありません。**

では、インプラント治療の流れについてご説明しましょう。

1.ご相談

インプラント、ブリッジ、入れ歯等、患者様の状態にあわせて可能な治療のすべてに対し、メリット、デメリット等についてご相談させていただきます。

2.インプラント治療が決まったら

日本大学松戸歯学部附属病院にて CT 撮影を行っていただきます。
(別途 25,000 円)

3.CT をもとに術式、経過等についてのご相談

4.1 次手術

麻酔をして、粘膜をあけてインプラント体を埋入します。

縫合後、確認のレントゲンを撮って終了となります。

およそ 30 分位で終了します。

5.2 次手術

麻酔をしてインプラント上の粘膜を小さく切開して、インプラント体を露出させ、ヒーリングキャップを装着します。

およそ 20 分位で終了します。

※歯肉の形をきれいにするため、2 週間～4 週間装着したままになります。

6.最終印象

型採りをします。30 分位で終了します。

7.上物の装着

人工歯冠を取り付けて完成です。

インプラントは人工歯なので虫歯になることはありませんが、しっかりケアができていないとインプラント周囲炎という歯周病にかかる場合があります。

一般的な歯周病と同じように初期段階では自覚症状が無いので

気がついたときには悪化しているケースが多いのが特徴です。

インプラントを長持ちさせるためには、毎日しっかりと歯磨きをして

定期検診に通うようにしましょう。

また、当院では予知性の高い治療（成功する見込みが高い治療）を行っています。

そのため、あと数年でダメになってしまいそうな歯には決して自費治療を

おすすめしません。

基本的にグラディアで 5 年、ジルコニア、メタルボンド、インプラントで 10 年の保証期間を定めています。

※歯周病による損傷は保証外です。

インプラントでは、手術後の無料クリーニングの他、リコール時にも

無料クリーニングを実施して、徹底的にアフターケアを行なっています。

「プロローグ」終わりに

簡単ではありませんが、一生ステキなスマイルでいるための方法をお話させていただきました。

歯の治療は快適に噛めて、笑顔にも自信が持てる美しい歯になること、と私は考えています。

ゴールは1つですが、そこまでに至る道は何通りもあります。

歯科医学は日進月歩。最近では、どんどんよい治療方法が登場しています。お一人お一人の考え方によって、ご本人にとってベストな治療があるのです。

まずはお気軽にご相談ください。

ご希望に沿った治療方法をご案内させていただきたいと思います。

と一緒に、にっこり笑えて何でも食べられる明日をめざしましょう！



オズ・デンタルクリニック
院長 吉崎ゆかり

オズ・デンタルクリニック

歯の無料相談、セカンドオピニオンはこちらまで：**047-363-0100（代表）**

【住所】〒271-0092 千葉県松戸市松戸 2041-2

JR 常磐線松戸駅西口から徒歩約7分 松戸駅西口（伊勢丹のある側）を出て、駅を背にし、江戸川に向かって大通りを歩いていただいて、2つ目の信号の角にあります。

【診察時間】 午前 10：00～13：00 / 午後：14：30～19：00
土曜 9：00～13：00 ※休診日 木・日・祝日

【URL】 <http://www.ozdentalclinic.jp/>