

すみれ 通信



2010. 8月号

残暑お見舞い申し上げます。こども達は夏休みです。大人になっても海水浴、花火、お祭りなど楽しいイベントが盛りだくさんです。もうどこかに遊びに行かれましたか？

そして、夏と言えばアイスクリームやかき氷など冷たいものおいしい季節ですよね！！でもアイスクリームなどの冷たいものを食べたとたん「キーーーーーン！」と歯がしみることはありませんか？また、甘いものは虫歯のもと。食べすぎには注意が必要です。こども達はなるべく時間のあるうちに宿題も歯の検診もすませて、すっきりした気持ちで9月を迎えたいものですね。

すみれ歯科クリニックからのお知らせ



夏期休診日；新宿 8/12（木）～8/16（月）
築地 8/13（金）～8/17（火）
小岩 8/19（木）～8/23（月）



◎すみれ歯科築地新富町駅前クリニック 診療日；月～土

水曜日は白費診療・特別処置診療日

住 所 中央区築地2-4-3東銀座富岡ビル1F

電 話 03-3248-4618

交通手段 日比谷線 築地駅 徒歩3分 有楽町線 新富町駅 徒歩1分

◎すみれ歯科新宿御苑前クリニック 診療日；月～水、土日、祝日

住 所 新宿区新宿1-29-2

電 話 03-3351-1686

交通手段 丸ノ内線 新宿御苑駅 徒歩5分

◎すみれ歯科小岩デパートクリニック 診療日；月～水、金、土

住 所 江戸川区北小岩6-15-5 小岩メディカルセンター5F

電 話 03-5622-7686

交通手段 京成本線 京成小岩駅 徒歩1分

☆休診日、診療時間等のお問い合わせは各クリニックまでお願いいたします。

アイスクリームで歯が痛くなることがあるのはなぜ？



アイスクリームなどの冷たいものを食べたり、歯を磨いたりすると歯がしみることがあります。ひどい人では麦茶を飲むだけで痛むなんてことも。でも歯が黒くなったり穴はあいていないし虫歯ではないみたい、、、こんな症状が知覚過敏であるといえるでしょう。

★どうしてアイスクリームなどの冷たいものを食べると歯がしみるの？

歯の表面はエナメル質で覆われており、その下にある象牙質を守っています。象牙質のなかには象牙細管という細い管があり、その中は液体で満たされています。その象牙細管の液体に、歯髄から伸びてきた神経の末端がぶかぶかと浮いているのです。

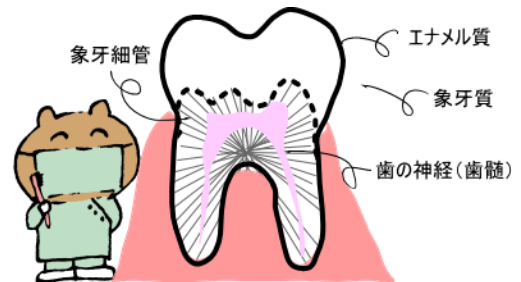
人の口の中は体温で36℃～37℃に保たれています。ここに0℃近い温度のアイスクリームが入ると、急激な温度差によって象牙細管が収縮して体積が変化します。すると、内部の液体の圧力が変化して中の液体に流れが occurs。そしてぶかぶか浮いている神経に刺激がいくので「しみる！」と感ずるのです。

でも、少ししみるからと言ってすぐに神経質になることはありません。急激な温度の変化があれば、誰にでもしみる可能性はあります。

★知覚過敏の主な原因は？こんなときは早めに歯医者へ行きましょう。

次に、治療が必要になる知覚過敏の原因を調べましょう。

- 間違ったハミガキ方法：強く磨き過ぎていませんか？
- 歯軋りやくいしばり：寝ているうちに歯ぎしりやくいしばりをしてると次第に歯がすり減っていきます。
- むし歯：神経までむし歯が近付くと知覚過敏がおきやすくなります。
- 歯周病：歯周病になって歯茎と歯の間に歯根が露出してしまうと、お湯や冷たい水でもしみる場合があります。
- 外傷：象牙質を守っているエナメル質が何らかの原因でひび割れたり、削れてしまったりすると、象牙細管の中の神経に刺激が伝わりやすくなり、知覚過敏を起こしやすくなります。



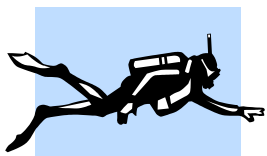
★予防方法

- 知覚過敏の一番の原因は？

最も多いのは間違ったハミガキ方法です。沢山の歯磨き粉を使いゴシゴシと強い力で歯を磨いてしまうと、エナメル質がはがれてしまうことがあります。また、間違ったハミガキ方法は知覚過敏だけではなく、虫歯や歯周病の原因にもなります。歯科医院で検診を受けて、正しいブラッシング方法や自分にあった歯ブラシの選び方を習ってみると良いでしょう。

- すでに歯がしみている場合は？

知覚過敏用の歯磨き粉を使用するのも有効です。ただし、あまりにも歯に感じる刺激が強い場合や、熱いものでも歯がしみる場合、逆に全く何も感じなくなった場合は重症の可能性もあります。早めに歯科医院での受診をおすすめします。



医療法人社団 正路会 すみれ歯科クリニック

