

# すみれ 通信



9月になりました。まだまだ日中は暑いですが、夕方には時折さわやかな風が吹き、秋が来たのだなと感じます。さて、9月15日（月・祝日）は敬老の日です。いつもお世話になっているおじいちゃんやおばあちゃんへ、日ごろの感謝の気持ちを伝えましょう！

ところで、高齢者の必需品である入れ歯は、どれくらい昔から使われていると思いますか？  
世界で一番古い入れ歯は日本で発見されています。なんとヨーロッパよりも200年も早く、16世紀半ばには「噛める総入れ歯」が実用化していたのです。最古の入れ歯は木床義歯で、持ち主は、天文7年（1538年）4月20日に74歳で亡くなった和歌山市の願成寺、仏姫（がんじょうじ：ほとけひめ：本名、中岡テイ）という尼僧です。女性用の入れ歯なので、丁寧にもお歯黒が施されていました。こうした入れ歯は木製で、最初は仏師の片手間として作られていましたが、後に「入れ歯師」と呼ばれる専門職業として定着したのだそうです。昔から日本の職人は手が器用だったのですね！今の入れ歯は進化し、様々な高性能入れ歯があります。保険は適用されませんが、ハネがなく人から気づかれにくい入れ歯や、薄い金属床でぴったり上顎に密着し食べ物の温度が分かる入れ歯など種類豊富です。でも、ご自身の歯で食べたり、話したり、歌を歌ったりするのが一番です！

すみれ歯科クリニックからのお知らせ



各クリニックにて**オータムキャンペーン実施中！**

詳しくは各クリニックまで♡



## ◎すみれ歯科新宿御苑前クリニック

診療日：月～木、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

## ◎すみれ歯科築地新富町駅前クリニック

診療日：月～土 水曜日は自費診療・特別処置優先診療日

住所：中央区築地2-4-10 SAテナハウス3F **中央区成人歯科健診実施中！**

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2分

## ◎すみれ歯科小岩イカサカクリニック

診療日：月～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

## ◎すみれ歯科日本橋クリニック

住所：中央区日本橋室町1-11-8 神茂ビル2F 診療日：月～金/土

電話：03-5542-1686 交通手段：銀座線・半蔵門線 三越前駅 徒歩5分

<http://www.sumireshika-nihombashi.com/> ★Web 予約承ります。

## 歯を失う原因ワースト3

### ★長寿大国日本、でも歯の寿命は

日本は、世界を見ても一番の長寿大国です。にもかかわらず歯の寿命は、長くなった平均寿命にまだまだ追いついていません。歯の寿命はスウェーデンやアメリカにくらべ短い傾向にあります。2012年の厚労省 国民健康白書統計 年齢80歳残存歯数によると、スウェーデンでは残存歯数が20本、アメリカは13本、日本は9.8本という結果でした。

同じ80歳でも、日本ではほとんどの人が入れ歯になっているのに対し、スウェーデンではほとんどの方が、ご自分の歯で食事を楽しめているのです。



### ★日本人が歯を失う原因、ワースト3はこれだ！

それでは、日本で歯を失う原因ワースト3を見てみましょう

#### 1. 歯周病

歯周病とは、歯垢に含まれる歯周病菌が原因で、歯を支える骨（歯槽骨）が溶け、最後には歯が抜けてしまう恐ろしい病気です。日本人の30代以上の8割が罹っているとされています。歯がぐらついてきた時には手遅れ。歯茎から血がでたらすぐに歯科医院へ行きましょう。

#### 2. むし歯

むし歯が重度になると神経を取ります。やがて歯がボロボロになります。保険の土台（コア）は金属なので、強く噛むと歯根が割れてしまい（歯根破折）歯を失う大きな原因になります。

#### 3. 破折

突然の事故で歯が折れてしまったり、どこかにぶつかって歯に大きなヒビが入ってしまうと、噛む機能が損なわれたり、周囲の歯に悪影響を及ぼすので、抜歯が必要になることがあります。

### ★痛くなってから治療するのでは遅すぎる！

一度むし歯や歯周病になると自然に治ることはありません。そして治療をしても、噛む能力は元の状態に近づけることはできません。また、かぶせ物や詰物の下にむし歯が再発することも多く、再発するとまた歯を削るので歯に負担をかけ、やがて神経をとることになります。治療を繰り返すことで、どんどん歯の寿命が短くなってしまいます。日本人とスウェーデン人やアメリカ人の残存歯数の差には、意識の違いがあると言われています。日本人は、「年をとったら、歯を失うのが当たり前。歯が痛くなってから歯医者へ行けばいい」と思っている人が多いのに対し、他の国では80歳になっても自分の歯で噛めるように、日頃から歯を守るためのメンテナンスをしているのです。

いつまでも健康な歯を保つことは、美味しく食事がとれるだけでなく、健康な脳や筋力にもつながります。定期的に歯科医院で検診やクリーニングを受け、8020を目指しましょう！



医療法人社団 正路会 すみれ歯科クリニック

