

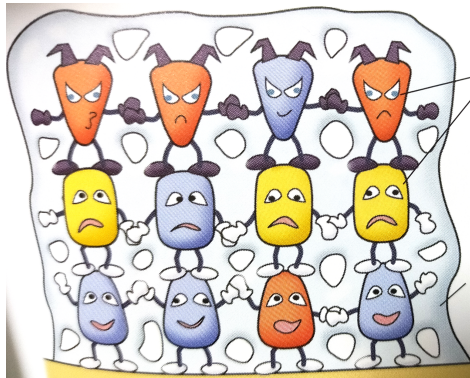
今月のさがあお豆知識

No.72

★クイズ★ どうして歯医者さんでのお掃除が必要なの？

『バイオフィルム』ご存知ですか？

台所やお風呂場のヌルヌルしたヌメリ。それが、**バイオフィルム**です。細菌を守るバリアーとして膜をはっている状態です。バイオフィルムはお口の中にもあります！「排水溝のヌメリと同じものが口の中に！？」想像するだけでも嫌ですよ...



＜バイオフィルム内の細菌の塊＞
歯ブラシの届きにくいところの歯垢がネバネバのバイオフィルムとなり、新たな細菌を取り込んで強固な細菌の塊になっていきます。うがいでは取れません。

(細菌の周りに膜をはっている図)

そこで！バイオフィルムを溜めないようにするには、
毎日の歯磨き&歯科医院での定期的なクリーニングが大切です



➡歯茎より上の歯面は
お家＝歯磨き&歯科医院＝クリーニング

➡歯茎より下(歯周ポケット内)は
歯科医院＝クリーニング
合わせて行うことが大切です！

★答え★

自分自身では歯ブラシが届かない歯茎の下にも細菌がたまるため
(※歯石も歯磨きでは取れません。歯茎より上でも歯医者で除去しましょう)
歯を磨かないでいると口の中の細菌は約1兆個にもなります。
様々な感染対策をしている今、口腔ケアも大切にしましょう！