



# 歯科診療室だより

公立みつぎ総合病院

10号

成29年9月8日

広島大学の歯科医師臨床研修医は、5月から4か月間当院で研修を行い8月末で御調の地から離れました。これまで23人が巣立っていきましたが“この4か月間で何を学んでいったのだろうか？”“地域包括ケアシステムは理解できたのだろうか？”“将来、歯科医師としてこの研修期間は有意義であったのだろうか？”等そんなことを指導医は自問自答しています。ただ一つ言えることは、大学時代に講義で習ったことがない地域包括ケアの一端を経験できたことは、これからの歯科医師としての未来の宝となるに違いないということです。また、毎年地域住民の方々に優しく教えていただいた多くの知恵や優しく見守っていただいている事は研修医ともども指導医としても感謝しきれません。誠に有り難うございます。当院管理型の歯科医師臨床研修医は3月までいますので今後ともよろしくお願いいたします。



## 電動歯ブラシ

歯ブラシを動かさなくてもゴシゴシと磨いてくれて歯を綺麗にしてくれるイメージが強い電動歯ブラシですが実は大きく3つに分かれます。



1. **高速電動歯ブラシ**は、ブラシ部分が内蔵された小型モーターにより2000～7500回/分回転あるいは往復運動します。多くのタイプは、ブラシを動かさなくて良いので高齢者や要介護者の方には適しています。

2. **音波歯ブラシ**は、3万～5万回/分、周波数20～2000Hzの音波振動を発生させて細かい泡や水流によりプラークを除去します。また、ブラシが動くので自分で動かす必要がありません。

3. **超音波歯ブラシ**は、歯ブラシの先端に電圧をかけて100万～150万回/分の超音波を発生しプラークを浮き上げるとともに、細菌の結合力を低下させると言われています。ただ、口の中で動かさなければプラーク除去できません。

これら、電動歯ブラシは把持する本体の重さや振動の強さが違います。また、口腔内で唾液やプラークを飛散させないようにするためにブラシを口の中に入れてからスイッチを入れてください。そして、電動歯ブラシの歯ブラシを取り替える頻度が少なくなる傾向があります。ブラシの交換は3か月が目安です。

わからないことがあればお気軽に**担当医**や**歯科スタッフ**にお尋ねください。

文責 診療部長 占部秀徳