



# 歯科診療室だより

公立みづき総合病院

43号

令和7年12月8日

## 御調中央小学校歯磨き指導

御調中央小学校の歯科校医になって毎年続けている4年生を対象とした歯磨き指導を9月25日に行いました。コロナ禍では、むし歯の話と歯科衛生士による模型を使っての

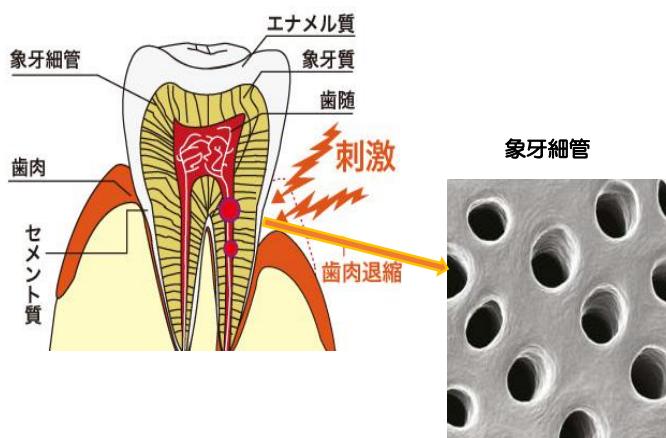
ブラッシングの話しかできませんでしたが今回からプラークの染め出しを再開し、実際に赤く染め出された部位を鏡で見ながら記録して貰いました。



その後、染め出されたプラークをきれいにするところまでを行い、午後の授業を終了しました。子供たちは、清涼飲料水に含まれている砂糖の量や顕微鏡下で映し出されたプラークの中の動く細菌に目を見張っていました。正しい歯磨きの方法や歯磨き習慣が指導の時だけではなく、日常の習慣としていつまでも続くことを願っています。

## 象牙質知覚過敏症

冬の時期になると冷たい物で歯が痛むテレビコマーシャルを見たことはありませんか？



左の図のように虫歯がなくて歯茎が下がって歯が伸びたように見える所に冷たい物が当たると痛みとして感じるのが象牙質知覚過敏症です。歯は、冷たいと感じることはなく冷たい物は痛みとして感じます。歯茎が下がって根っこが出てくると左の写真のように象牙細管と言って目に見えない穴が開いているところが出てきます。そこに冷たい物の刺激がいくとその穴を通して歯の中の神経（歯髄）まで伝わり痛み

として感じます。治療は、この露出した象牙細管を塞げば刺激が神経に伝わらないから直ぐに凍みなくなるように考えがちですがそう簡単にはいきません。症状が軽い場合は、唾液による再石灰化や象牙質知覚過敏症用の薬剤が入っている歯磨き粉によって象牙細管の封鎖が起り、症状は薄らいでいきます。症状が重い場合には、神経を取る処置を行います。もし、冷たい物が凍みたら歯科で相談して下さい。

文責 診療部長 占部秀徳