

歯周病の治療と予防について

歯周病の治療

初期の治療の流れ

1. 歯みがきの方法を覚える
2. 歯石の除去(スケーリング)と歯の研磨(PMTC)
3. かかりつけ歯科医での定期検診と予防処置



(スケーリング)

歯周炎が進むと手術で歯周ポケットをなくす場合もあります。

歯周病の予防

歯肉炎、歯周炎の原因は歯垢です。歯の表面をきれいにすることで初期の歯周炎は治ります。きちんと掃除を行いましょ。

<歯ブラシの選び方>

○



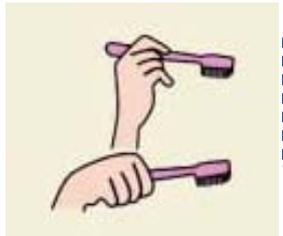
奥歯まで届くようにヘッドは小さく、毛先の並びは平らなものを選びます

×



<歯ブラシの持ち方>

○



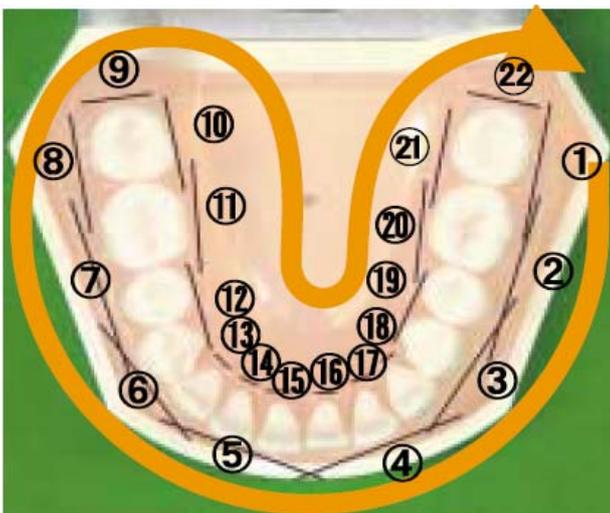
鉛筆を持つように握ると歯ブラシを細かく動かせます

×



<みがく順番を決めましょう(一筆書き)>

! 歯ブラシは細かく動かしましょう



<補助的にみがく道具>

歯と歯の間の清掃は歯ブラシだけでは難しいので、歯間ブラシまたはフロスを使いましょう。

歯間ブラシ



引っかかりや痛みがなく通るもので、太いものを選びましょう。



歯ぐきに沿わせて、やさしく出し入れしましょう。

フロス



歯間ブラシが通らない所は、フロスを使います。入れるときは、歯ぐきを傷つけないようにのこぎりを引くように入れます。