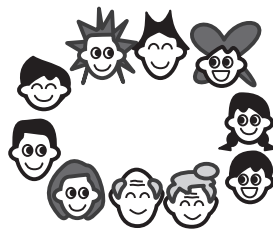


津谷歯科医院 口腔ケア新聞

NPO法人
訪問歯科診療
を広める会
賛助会員



令和4年7月号
発行人 津谷歯科医院
院長 津谷良
住所 岡山市中区海吉1807-14
紙面に関するお問い合わせは下記まで
電話：0120-779-418
配信代行 訪問歯科診療を広める会

皆さんこんにちは！いかがお過ごしですか？

津谷歯科医院、院長の津谷良です。

日本人の90%は歯磨剤を使っていると言われていています。その歴史は古く、最古の歯磨剤は、紀元前1550年頃にエジプトで使用されていた記録が残っています。日本では、今から400年近く前の1643年頃、丁子(スパイスのクローブ)や龍腦(木の樹脂でお香の原料)といった薬効成分と貝殻粉末等を混ぜたものが最初の歯磨剤と言われていています。今ではテレビで毎日CMを目にするほどで、歯の着色が気になる時は白くなる歯磨剤、歯がしみる時は知覚過敏の歯磨剤、歯ぐきの腫れや出血なら歯周病の歯磨剤といった具合に、多種多様な歯磨剤が販売されています。高齢になると歯磨剤に関心を持つ方も多いと思います。今月は、『歯磨剤』について取り上げてみたいと思います。



■ 歯磨剤の必要性

歯磨剤は、『歯ブラシと併用して清掃効果を高める材料』と厚労省は定義してしています。特に着色沈着物(ステイン)は、歯ブラシだけでは除去できないので、清掃剤を含む歯磨剤の併用が必要です。

■ 歯磨剤の分類や剤型について

歯磨剤は歯の表面をきれいにすることから化粧品に分類されています。その中の一部は、フッ化物や殺菌剤等の薬効成分を含むことから医薬部外品に指定されています。清掃剤を含む歯磨剤の剤型には、『粉』やペースト状の『練』、粘性のある『液状』と『液体』があります。ちなみに『液体』の歯磨剤は、歯ブラシを併用して使用しますが、同じく『液体』の洗口液は、歯ブラシは使用せずすすぐだけで、汚れを洗い流してくれるというものです。ただし洗口液を使えば歯磨きをしないでいいということではなく、正しくは磨き残し対策のために歯磨き後の仕上げとして使います。

清掃剤…成分の10～60%を占め、歯の表面の汚れを落とす
湿潤剤…歯磨剤に適度な湿り気を与え凝固や分解を防ぐ
発泡剤…泡立たせて口の中に歯磨剤を広げる
粘結剤…粉末成分と液体を結合させて粘性を与える
香味剤…香りを付けて原料の味を緩和し爽快感を与える
保存剤…変質を防ぎ、多くの歯磨剤は3年間使用可能

歯磨剤の清掃剤(研磨剤)で歯が削れること心配されるかもしれませんが、清掃剤の研磨力は人の歯の象牙質を用いた研磨試験で評価され、『RDA値250以下』という基準値があり、日本製の歯磨剤の多くはRDA値150位に低研磨化されています。清掃剤よりも歯ブラシの硬さや歯ブラシを強く押し当てないことの方が重要です。また医薬部外品の歯磨剤には、薬効成分として下記のような作用をもつ成分が含まれています。

フッ化物…歯質を強くし、むし歯菌を抑制する
殺菌剤…口の中の細菌増殖を抑える
抗炎症剤…歯ぐきの腫れや出血を抑える
酵素…歯垢を分解する
再石灰化剤…初期のむし歯を修復して治す
ご自身の口腔状態に合った歯磨剤を選ぶには、歯科を受診してアドバイスをもらうことをおすすめします。

■ 歯磨剤の成分とその作用

歯磨剤は6つの基本成分で作られていて、各々次のような作用を持っています。

◆ 歯磨剤は歯ブラシと併用して清掃効果を高めるために必要です ◆

口腔ケア新聞の発行にあたって 

ここ数年、外来患者さんやそのご家族から訪問診療のお問い合わせやご依頼を受けるケースがとて増えてきました。小さなご病気されてしまったことがキッカケで、寝たきりになってしまわれたりして、『いつもお元気でいいですね』って話をしていたのに…。そんなことが続いたので、これは本格的に訪問診療に取り組まなければいけないかなって、強く思うようになりました。

そこで取り組みの一環として、要介護者の歯と口に関する情報を地域の介護に携わっている方にお届けしようと考え、口腔ケア新聞を毎月1回発行しています。

津谷歯科医院

診療時間 9:00～12:30/14:00～18:30
(土曜日は16:30まで)
診療科目 歯科 小児歯科
休診日 木曜・日曜・祝祭日
院長 津谷良
岡山市中区海吉1807-14
☎ 0120-779-418 FAX 0120-779-413