

第49回 歯が無くなってもブラッシング

今回は総入れ歯や部分入れ歯などの着脱可能な入れ歯を使用されている方のブラッシングのお話です。虫歯や歯周病の予防には歯を磨くブラッシングが大事だということは良く知られているところです。しかし、逆に歯が無くなってしまうたら、ブラッシングする必要が無いと考えている方も多いのではないのでしょうか。実は歯が無くても、歯ぐきの健康を守るためにブラッシングは必要なことなのです。

入れ歯を使用すると、それに接する歯ぐきが圧迫され、うっ血した状態が続きます。うっ血がひどくなると歯ぐきが炎症を起こしてきます。炎症を起こした歯ぐきには入れ歯の吸い付きが悪くなり、合わなくなつてガタついたり痛みが出てくるようになります。ブラッシングで歯ぐきの汚れを落とし、マッサージ効果を与えることで、歯ぐき全体の血液の循環がよくなります。これにより炎症の発生が抑えられ、歯ぐきの健康を保つことができます。結果入れ歯を良い状態で使用できるのです。

ある歯科医院に、フラビীগムという炎症により赤くブヨブヨに増殖した歯ぐきをもつ患者さんが来院されたそうです。そして、そ

の患者さんに対して入れ歯調整以外に、歯ぐきのブラッシング指導をしたそうです。初めのうちは軟らかい歯ブラシで10～15分位の時間ブラッシングするように指導したそうです。半年程経過を追つてゆくと初めの頃のブヨブヨの赤い歯ぐきからは想像もできない、まるで別人のような健康的な歯ぐきになったそうです。

歯ぐきのブラッシング方法ですが、柔らかな歯ブラシを使い、歯を磨くのと同じ要領で歯ぐきをブラッシングしてください。部分入れ歯の方は残っている歯と歯ぐきをブラッシングします。特に、バネをかけている歯の周囲の歯ぐきは炎症を起こしやすいので念入りにブラッシングしましょう。また、同時に入れ歯も清掃しましょう。毎食後には、歯ぐきのブラッシングと入れ歯清掃をして、歯ぐきの健康を守りましょう。



部分入れ歯のバネがかかる歯は汚れが付きやすいので、エンドタフト等の歯ブラシがお勧めです