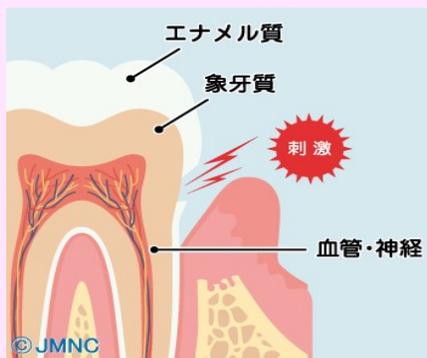




## キーン!ズキッ! 知覚過敏を治したい

冷たいものを食べるとキーン! 甘いものを食べるとズキッ!

「歯がしみる」ってとてもつらいですね。知覚過敏は、歯の外側を覆っている硬いエナメル質が欠けたり、割れたり、削れたりすることによって刺激が神経に伝わって起きる症状です。たんなる一過性の痛みだと思われがちですが、じつはむし歯などの初期の痛みととても似ているので、油断大敵なうえ意外とやっかいなのです!



### 「しみる歯」にはどんな問題が起きている?

この「しみる」症状はおもにエナメル質を失うことが原因です。エナメル質を失うと、象牙質がむきだしになります。象牙質にはポツポツ穴が開いているので、ここから神経のほうへと外部からの刺激が伝わってしまうのです。むし歯はなくても、もしかしたら歯のどこかが傷んでいるのかも…早めに歯科で診てもらいましょう!!

### しみる症状の原因は? 知覚過敏リスクチェック!

知らずに続けている生活習慣や癖がエナメル質を削っているかも…?

- ①歯ぎしり、食いしばりをする…過剰な力は歯のヒビ、欠け、消耗、詰め物や被せ物の傷みの原因に。
- ②ゴシゴシカを入れてみがいている…歯を摩耗させたり、歯ぐきを痩せさせていませんか?
- ③すっぱい飲食物の摂り過ぎ…健康のため、柑橘類や酢を摂るかたが増えています。酸味は歯に悪いことも多いので気をつけましょう
- ④歯みがきをあまりしない…歯にベタベタつく歯垢のなかにむし歯菌の出した酸が溜まり、再石灰化層を溶かしてしまいます。
- ⑤お口のなかがパサついている…持病の薬を飲んでいるかたに多いです。薬の副作用で唾液の分泌が減ると、歯の再石灰化がスムーズに進みません。

### 知覚過敏の歯のお手入れは??

★道具を替えてみましょう!  
一時的にやわらかい歯ブラシにします。  
歯間ブラシやフロスも使きましょう。



DENT.e-floss(ライオン歯科材)  
唾液で4倍のスポンジ状になるのが特徴。



★歯みがき剤を選びましょう!  
1450ppm 配合の高濃度フッ素歯みがき剤を使いましょう。(6歳以上で使用可)

Check-Up rootcare(ライオン歯科材)  
象牙質表面のコラーゲンをコーティングします。

歯科医院の歯面清掃は知覚過敏の治療に効果的。気になる方はプロフェッショナルクリーニングを受けましょう!