



歯磨きの目的って何でしょう？

お口の中は常在菌でいっぱい！

私達の体やお口の中には細菌やカビが住み着いています。腸の中が一番多く、次いで口、そして鼻、皮膚などに存在しています。目には見えないので、普段わたしたちは常在菌の存在を意識する事はありませんが、栄養の入り口でもある口の中には、なんと**500~700種類**もの菌が存在します。これらの菌は普段はおとなしくしていますが正しくケアしないと沢山の問題が起きてきます。それが**歯周病**や**虫歯**です。

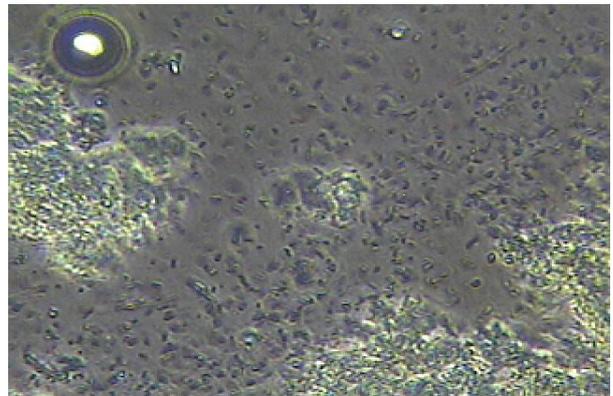
「プラーク」って食べカス？

歯磨きをさばると歯にべたべたしたプラーク（歯垢）が溜まりますよね？これは一体何でしょう？食べた物のカスですか？

実はこれは**細菌の塊**です。

1gのプラークの中に**100億~1000億個**もの細菌がいます。楊枝の先に少し採った程度でも1000万個以上入っている計算です。

右は採取したプラークの写真です。実際には採取したプラークの中で**動きまわ**っています！



上はプラークの中の細菌の写真です。実際は元気に動き回っています。

歯磨きは予防ではない？！

皆さんは何の為に歯磨きをしますか？

虫歯にならないため？

歯周病にならないため？

いえいえ。何も問題が起きていないお口をされている方は予防だけでいいのかもしれませんが。

でも実際、虫歯や歯周病になっている方は

予防ではなく治療としての歯磨きをする事を意識しなくてはなりません。

しっかりとした歯磨きをすることによって初期の虫歯は**進行を止めることができます**し、軽度の歯周炎は**治すことも出来る**のです。

お金も時間もかけずに毎日、自分自身で出来る治療なのでから実行しないのはもったいないです！
毎日の歯磨きに対する意識をワンランク上げましょう！
(院長の日頃の言葉より)

ケア用品を活用しましょう！

