

加藤新聞



入れ歯も メインテナンスが大事

入れ歯を作って装着すると、「入れ歯も作ったしもう歯医者に行かなくても大丈夫」と勘違いされる方がいますが、これは間違いです。入れ歯もメインテナンスが大切です。定期的に歯科医院に通うことを忘れないようにしてください。なぜなら、入れ歯を使うにつれ、入れ歯や口腔内に大きな変化が生じることがあるからです。この変化はゆっくり少しずつ起こるため、患者さん自身がその変化に気づいていない場合が多いのです。どんな変化が起こっているかを紹介しましょう。

- 1 顎堤吸収
- 2 残存歯のむし歯・歯周病、挺出・傾斜
- 3 入れ歯を使う筋力の低下
- 4 巧緻性（協調運動能力）の低下
- 5 唾液分泌量の低下

生体に生じる変化

入れ歯に生じる変化

- 1 人工歯の咬耗
- 2 着色・変色
- 3 義歯床材料の劣化
- 4 人工歯・クラスプ等の破折



このような変化に対応するために、加藤歯科医院ではメインテナンスの間隔は3〜6ヶ月としています。どんなに状態が良くても、最長で6ヶ月ごとに検診にお越しくださいいております。メインテナンスで行うことは次のようなものがあります。

メインテナンスのステップ

- 1 問診
- 2 口腔外での入れ歯の状態確認
- 3 残存歯の検査（C、P、D、動揺度）
- 4 適合および咬合状態の検査、調整
- 5 口腔・義歯衛生指導



合う入れ歯を 長く使うために

日常生活でどんなことに気をつけ取り扱ったらよいか説明します。

日常生活での注意事項

1 食事について

大きいもの、固いものは慣れるまで控え、前歯では物を噛み切らず、中程から後ろの奥歯で噛むようにしましょう。

2 発音について

総入れ歯を初めて使用する方でも数週間で馴染んでくることが多いようです。

3 お手入れについて

毎食後外し、流水下でブラシなどを用いてよく洗浄するようにしましょう。その際、洗面台などに誤って入れ歯を落として破折させることのないよう、水の張った洗面器等の上で作業するようにしてください。また、一般的な歯磨剤には研磨剤の入っている製品もあり、入れ歯に細かな傷をつけるため、使用はおすすめしません。夜間の就寝中は外して専用の入れ歯洗浄剤に浸漬するように

にしてください。そうすれば、細菌や真菌の増殖も抑えられ衛生的です。

4 保管について

入れ歯は水中に保管しましょう。車などに置いたままにすると、熱で変形することがあります。一方、稀にあるトラブルとして入れ歯を紛失した、誤って捨ててしまった、という方がおられます。原因は、外出先などで人目に触れないようにティッシュなどで包んだりすることでゴミと勘違いして捨ててしまうことが多いようです。



自宅ではコップなど専用の容器を使い、外出先ではハンカチなどで包むことで捨てられないようにしてください。

当院で取り扱いの入れ歯用品



お気軽にスタッフにお問い合わせください。

5 口腔内への入れ方について

最後まで手指で入れてからかむ途中でかんで入れないようにする。

歯の本数と 認知症の関係

昨今の研究により、多数歯欠損や咀嚼困難が認知機能に影響することがわかっています。例えば、次のような報告がされています。

●論文

■歯が20本以上もしくは15本以上残存している高齢者、そうでない高齢者に比べて有意に長命である。入れ歯装着と生命予後との関係について、上下顎で残存歯による咬合のない高齢者では、義歯を装着していない者は装着している者に比べて1.52倍有意に死亡率が高い。

●Yahoo!ニュース(2021年11月22日(月)配信)

■第一生命ホールディングス傘下のネオファースト生命保険(東京)は22日、自分の歯を一定数維持すれば保険料を割り引く認知症保険を開発したと発表した。自分の歯が少なくなると認知症のリスクが高まるとの研究結果に着目。12月に発売する業界初の商品だと説明している。

※参考書籍

「時代はリムーバル」 株式会社 松風

「歯界展望別冊 はじめての部分床義歯」

「歯界展望別冊 はじめての全部床義歯」

医歯薬出版株式会社

2022年3月 加藤新聞 Q & A

Q 正月太りやばい...何か対策してる？

院長 ウエイトトレーニング中。

目指せ体脂肪16%

河口 太ってない

加藤 ユーチューブ見ながらストレッチ。オートミール食べる。

倉岡 チャリで通勤

松岡 たまに子供と縄跳び(前飛20回)

Q バレンタインですが...

どんなチョコが好き？
(おすすめのチョコがあれば)

院長 ワインに合うチョコ

河口 よく分からないが普通の

加藤 ブランデーボンボン

倉岡 カカオ72%

松岡 バッカス(冬季限定)



院長のオススメ図書

いびきをかく、疲れが取れない、寝覚めがすっきりしない、起きたとき、喉がイガイガする、朝起きたら、だるい、寝つきが悪い、日中、睡魔に襲われる、風邪を引きやすい、

口をポカンと開けている、口臭がある、倦怠感がある、食べ物が飲み込みづらい、寝ているときに喉が渇きやすい、便秘が続く、体温が低い、気力がない、唾液がねばつく、歯にすぐ着色する、歯肉が腫れやすい、集中力が続かない、鼻が詰まりやすい

アトピー性皮膚炎、花粉症、喘息、睡眠時無呼吸症候群、リウマチ、高血圧、口内炎、虫歯、歯周病、歯肉炎、過敏性腸症候群、掌蹠膿疱症、かゆみ、糖尿病、頭痛、湿疹、不整脈、夜間頻尿、うつ病・パニック障害、風邪・インフルエンザ、副鼻腔炎(蓄膿症)、後鼻漏、肩こり・首こり、ドライマウス、口唇閉鎖不全症

こんな症状や病気が改善しています。毎日の簡単なマウステーピングで。あいうべ体操と一緒にやれば最強。マウステープについては自院でも販売しています。

< 参考書籍 >



『世界一簡単な驚きの健康法』

マウステーピング

株式会社 幻冬舎

土曜日午後診療
のお知らせ
～矯正治療～

2022年3/26(土)
4/30(土)

休診日のお知らせ
※日曜・祝日定休

2022年3/19(土)

診療時間変更のお知らせ

11:00までの診療：2022年4/9(土)

予告なく変更する場合がございます。ご了承ください。
詳しくは院内掲示板、またはHPをご覧ください。

医院紹介動画を
作りました！



ホームページに
掲載中です。
是非ご覧ください！



Q&A総数1,500件以上！
歯の悩みをすぐに解決！！
HPを是非ご覧下さい！



<https://www.kato.or.jp/question/>

加藤歯科医院

検索