



7月になりました。皆さん、こんにちは。
すずき歯科医院、院長の鈴木です。7月25日はかき氷の日です。日本かき氷協会が制定した記念日で、1933年7月25日に日本最高気温を記録したこと、かき氷の別名「夏氷（なつごおり）」の語呂合わせにちなんでいます。そんな夏の風物詩「かき氷」は、一体いつ頃から人々に親しまれるようになったのでしょうか。



日本三大随筆と称されている『枕草子』の中に次のような一段があります。「あてなるもの。(中略)削り氷にあまづら入れて、新しき金まり(金属製のお椀)に入れたる。水晶の数珠。藤の花。梅の花に雪の降りかかりたる。」(上品なもの。削った氷にあまづらを入れて、新しい金まりに入れたもの。水晶の数珠。藤の花。梅の花に雪の降りかかった風情。)なんと、かき氷は平安時代から食べられていたのですね! ? 当時は氷は非常に高価なものであ

ったため、貴族でないと食べられなかったようです。その後一般的になったのは、明治~昭和初期にかけてと言われています。

7月25日はかき氷の日であると同時に「知覚過敏の日」でもあります。製薬会社のグラクソ・スミスクラインが、知覚過敏対策への意識を持ってもらうために制定したとのこと。かき氷をおいしく味わうために、歯のケアも怠らないようにしましょうね。

すずき歯科医院からのお知らせ



7月の休診日【日曜・祭日以外】は
2・9・16・23・30日です。

患者様アンケートのご紹介

~~~~~

いつもありがとうございます~

親身になって治療して下さいましたので良かったです。

先生をいつか又この人達に親戚だと思っ  
た。お父さんが歯の治療で歯を全部  
失ったので先生の治療の御恩を  
お返しに歯を治して歯医者に行くと  
鈴木歯科に行くと歯を治して

何か治療をして治らなかった歯  
が抜けていって気がなり何年も  
他の歯医者さんへ通ってしま  
ったが何か治療は終わらな  
いと思いついて先生の歯  
医者さんへ来た。歯が抜けた  
原因や歯の隣の歯が虫歯など  
思っていた見がある。一番  
うれしかったのは、1ヶ月  
余りの期間で治療が  
終わったことです。ありがとうございました。

バックナンバーは、ホームページをご覧ください。

すずき歯科 伊勢崎

検索



NEWS

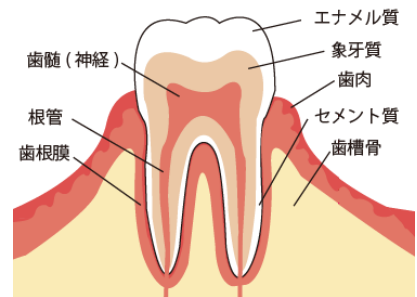
# 冷たいもので歯がしみる！知覚過敏のサイン

## ★冷たいもので歯がしみる！知覚過敏のサイン

かき氷やアイスなどの冷たいものを食べた時、ミカンなどの酸味が強いものを食べた時、歯を磨いた時に歯がしみる人はいませんか？虫歯がないのに歯がしみるという場合は、知覚過敏の可能性がります。

## ★知覚過敏とは？原因はなに？

歯は右の図のように硬いエナメル質に覆われ、その下に象牙質と神経が通っており、歯への刺激は、象牙質を通して神経へと伝えられます。健康な歯は、丈夫なエナメル質に覆われているため、冷たいものや熱いものを食べてもしみることはありませんが、何らかの原因でエナメル質が削れて薄くなってしまったり、歯肉が退縮して象牙質が出てしまうと、少しの刺激でも神経が反応し、キーンとしみるのです。



## 知覚過敏になる主な原因

### ・間違っ歯の磨き方

強い力でゴシゴシと歯を磨いてしまうと、歯ぐきが退縮し、象牙質が露出した結果、知覚過敏になりやすくなる可能性があります。

### ・歯ぎしり、くいしばり

歯ぎしりや食いしばりの強い力によって、歯と歯肉の境目に余計な負担をかけ、歯の表面に亀裂が入ったり歯肉が下がって象牙質を露出させたりしてしまいます。

### ・酸性飲食物の摂り過ぎ

レモンやオレンジ、お酢等の酸性が強い食べ物を頻繁に摂取しているとエナメル質が溶ける『酸蝕歯(さんしょくし)』を引き起こす可能性があります。



### ・歯周病

歯周病は進行すると歯槽骨が溶けてしまう病気です。歯の根の部分はエナメル質ではなく、セメント質で覆われていますが、エナメル質より強くないので象牙質が露出しやすくなります。

## ★対処方法

軽度の知覚過敏であれば1～2週間程度で治まりますが、象牙質はエナメル質よりも虫歯になりやすくなるので、歯がしみたら早めに歯科医院でチェックしましょう。知覚過敏の原因が、歯ぎしりや歯の食いしばりのこともあります。その場合は歯を守る為に、寝るときに装着するマウスピースを歯科医院で作らしましょう。また、一度退縮してしまった歯ぐきは元に戻りません。きちんと歯周病の治療を受けましょう。歯ブラシの毛先がすぐに開く人は、歯磨きの力が強すぎる証拠です。正しい歯みがき方法で相談ください。

皆さんのライフサポーター すずき歯科医院

