

§ メンテナンスってなに？

皆様は治療が終わった後、また虫歯や歯周病になったりしたことはありませんか？もしそういう経験があるなら、それは**定期的な検診や予防処置がきちんと活かされていないことが多い**のです。「メンテナンス」とは、治療終了後の再発をできる限り防ぐため、私たちお口の専門家が定期的に皆様のお口のケアを行う、最も重要な予防処置の1つです。

§ どういうことをするのか？

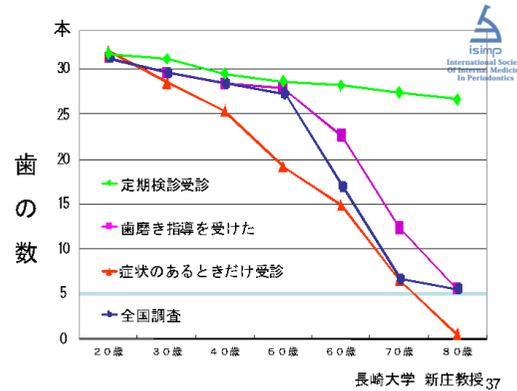
- ① **口腔内の検査**
現在のお口の状態を検査いたします。
- ② **サリバテスト**
唾液の性状やカリエスリスク（虫歯のなりやすさ）などのテストをおこないます。
- ③ **歯や歯肉のクリーニング (PMTC)**
専用の器具を用いてお口の中にたまったバイオフィームや歯石を除去し、きれいな口腔内環境にいたします。また必要に応じて歯肉のマッサージも行います。
- ④ **お口の細菌検査と除菌**
位相差顕微鏡を用いてお口の中の細菌検査を行い、必要なら除菌します。
- ⑤ **ブラッシング指導 (TBI)**
お口の効果的な掃除方法についてご説明いたします。
- ⑥ **フッ素塗布や 3DS**
虫歯になりやすい方はフッ素塗布や 3DS(むし菌の除菌) により予防していきます。

以上の中から最適なプログラムを組み、皆様のお口の管理を行ってまいります。

§ どのくらいの間隔で行えばいいの？

お口の環境が悪くなる前に予防していくことにより、健康なお口の状態を保つことができます。ですから当院では、3ヵ月後に1回目のメンテナンスをオススメし、リスクに合わせてその後の間隔も決定していきます。

虫歯や歯周病からお口を守ることにより**おいしいものをおいしく食べ、健康な生活を送っていただくことがメンテナンス最大の目標**です。



§ メンテナンスは誰が行うの？

皆様それぞれのリスクと効果的な予防法を把握したうえで、専門の歯科衛生士が口腔内の健康を維持するために、う蝕や歯周病の原因であるバイオフィームを破壊、除去し、継続的な管理を行ってまいります。

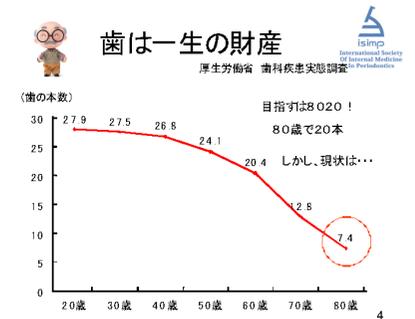


とくに歯科衛生士による PMTC などの処置は、**非常に心地よく、メンテナンス中に寝てしまわれる方もいらっしゃるほど**です。

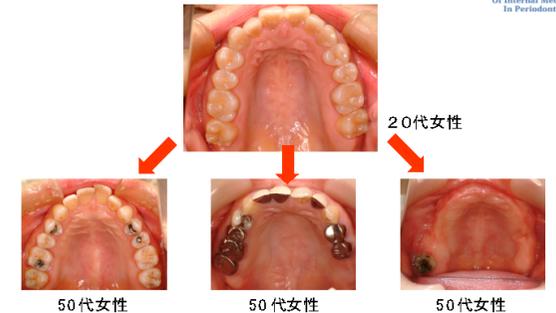
§ メンテナンスは重要な？

80歳で20本の歯を残そうとする運動を8020運動といいます。それは物をおいしく食べ、楽しく過ごすには20本の歯が必要といわれているからです。

しかし日本の現状は残念ながら、約7本しか残っていません。これはメンテナンス率の低さから来ているといわれています。事実、メンテナンス率がほぼ100%の北欧の国では、8020運動はすでに達成されているのです。



あなたはどの道を選びますか？



自分で働きかけて未来を変えることができます。 38

重要なことは、**悪くなる前にしっかりと予防(メンテナンス)していく**という考え方なのです。

お大事になさってください。