



123 安心できる歯科医院を目指して(5)

削っては詰める治療を繰り返してきた時代から、治療が一段落したら「痛くもないのに歯のメンテナンスで通う」時代が来ています。

今やすべての歯科医院で歯周病を管理する歯科衛生士さんによる「歯のメンテナンス」が行われるようになりました。車でさえ数か月、何年ごとに整備や車検があり、安全に乗れるよう法整備されています。歯科では健康で長生きするためには「歩いて噛める事」が重要だと考えますが、歯のメ

ンテナンスに関しては法整備されていません。「自分で自分の歯を守ろう」「健康を維持しよう」などと思わない方は、歯の治療が終われば、次に悪くなるまで歯科医院には来ないのが当たり前でした。しかし、今は違います。歯の治療が終わってからの歯の予防の始まりなのです。すでに自らが自分の健康を

意識するヘルスプロモーションの時代なのです。WHOの提唱する「ヘルスプロモーション」とは、「人々が自らの健康

とその決定要因をコントロールし、改善することができるようになるプロセス」と定義されています。自分の体の健康は自らが健康になろうと思わなければ難しいという事です。病院に行けば治してもらえるとか、薬さえ

出してもらえれば治るというわけではありません。歯に関しては「歯を大事にしよう」という思いが無ければ、一生自分の歯で噛み続けながら健康に生きることが困難と思われます。物が食べられない、噛むことができないという方が天寿を全うするのは大変難しいと私は思っています。



自分の歯は自分で守る!

く噛む事は難しいものです。自分の歯を元に戻す事はできないからこそ、歯を失わないように自らが歯を大切にしようと思

野生動物は戦いで歯を失ったら食べることができず生存できません。幸いなことに人間は入れ歯などで代替できますが、自分の歯のようにお

歯をないがしろにして多くの後悔した方を診てきました。「前にも先生と同じことを言われた」と多くの方に言われ、無料の健康講座を始めたのです。今からでも遅くありません。「聞かなきゃ損する歯の話」が満載の健康講座で歯の大切さを知っていただき、納得の人生をお送りください。

院長の無料相談

歯の無料健康講座

歯と全身の健康の関わりや間違わない治療方法など現役歯科医師が解説。次回は11月16日(火)、12月11日(土)15時30分から約60分

コラムを執筆する木村匡司院長が、お口のことなら何でも相談に応じます。毎日実施中。