

## Dentalstaff Mirai Project News vol.15

DH Pro. セミナー講師

山崎瑞穂先生のHPが  
公開されました(11/1)

岡山県保険医協会歯科部会主催 歯科衛生士実習セミナー

DH Pro. Seminar

DH Pro. セミナーの詳細・お問い合わせはこちらから [www.mizuho-style.jp](http://www.mizuho-style.jp)

11/13

## DH Pro. セミナー 全6回が終了

11月13日(日)、第6回DH Pro. セミナーが行われ、全6回コースが終了しました。あっという間の半年間でした。シャープニング、SRPなどのトレーニングに励み、症例作成も頑張りました!

受講生8名、誰一人かけることなく笑顔で修了式を無事に迎えることができ、半年間を皆さんと一緒に過ごすことができ本当に幸せでした。ありがとうございました(^-^)/12月4日の症例発表会、皆さんの集大成を楽しみにしています。

DH Pro. セミナー講師 山崎 瑞穂



## 山崎先生によるコラムのコーナー『口腔内を診る目を養おう』

右の写真は50代女性の初診時の口腔内です。20代の頃からみかん(pH3.0~3.5)が大好きですが、スーパーにあるみかんは嫌で食べません。無農薬の高級みかんにこだわり取り寄せています。多い時は1日10個以上ほぼ毎日好んで食べていました。酸蝕症(erosion)とは、エナメル質が種々の要因によって侵蝕されることです。侵蝕症ともいわれます。歯の表面が、pH5.5以下に長時間さらされると、次第に脱灰が起り、エナメル質、象牙質なども柔らかくなって溶け、穴が開いていきます。①口腔内を診たときまず気付く目を持つこと、②問診する、③聞き出すための引き出しを多く持つことが大事になってくると思います。



詰め物が酸化して劣化している状態



主訴部位：詰め物が離脱しやすくなる

酸性が強いものには、柑橘類、ドレッシング、ワインなどの果実酒、クエン酸、食物酢などが挙げられますので、食品の中には、酸っぱいけどアルカリ性のものがたくさんあります。その代表が「梅干し」です。梅干しの酸っぱさはクエン酸に由来していますので、体には良い食べ物ですが、歯にとっては注意が必要です。

## 患者さんに説明した7項目

- みかんなどの柑橘類は多量に毎日食べない
- 食べたあと口をゆすいだり水を飲んだりする
- 口腔内を持続的に酸性状態にしないように
- 豊富なミネラル(カルシウム、リン)や口腔内環境の中和作用と緩衝作用をもつCPPACP(リカルデント)を積極的に使用する【例】ブラッシングの後に、MIペーストを歯面に塗布する
- フッ素との併用でより効果が高まるため、フッ素歯磨剤などをブラッシング後に使用するとより効果的
- 酸性食品を食べた後30分はブラッシングを控える
- キシリトール、リカルデント、フッ素のそれぞれの役割説明

