

2021.9.12 開催「令和3年度長崎県歯科衛生士卒後学術研修会」

受講後の質問に対する回答

受講後のアンケートより頂いた質問とご回答をお知らせいたします。宜しくお願い致します。

【受講後の質問】

Q1:最近乳酸菌で口内フローラ改善するものや口の善玉菌を増やすタブレット等ありますが、そういうものもかなりう蝕や歯周病の予防に有効ということでしょうか？

A1:乳酸菌で口内フローラ改善するものや口の善玉菌を増やすと謳った商品はいくつかありますが、その効果の科学的な検証は十分できておりません。私個人的には少しは効くのかな？と推測はしておりますが、かなり有効とは思っておりません。

Q2:歯周病のリスクとして体の免疫力遺伝的要素なども関係していると読んだことがありますが、関係あるのか詳しく知りたいと思いました。

A2:もちろん関係しています。歯周組織の抵抗力、強い免疫応答により激しい炎症を起こす、などは個人の遺伝的背景によって違います。

Q3:食事後すぐ歯磨きとありましたが口腔内が酸性のため 15 分後からが望ましいという話を聞いたことがあります。酸蝕症のようになるとのことでした。先生のすぐは、どのくらいの時間ですか？

A3:食後すぐとは、食事が終わってすぐです。極端に言えば1秒後です。講演でお話ししたように発酵性糖質がプラークに内に残っていると、食後でも酸産生菌は食事中と同じように酸を出し続けますので、プラーク内の酸性度はますます高まります。発酵性糖質がプラークに内に残っていない場合は、食後15分間に唾液によって酸性が中和されと期待されますが、発酵性糖質が残っていないというのはあり得ない気がします。