

* 歯のクイズ *

ヒトの歯って、一体どのくらいのかたさなの？

- A 人間の骨くらい
- B 鉄棒と同じくらい
- C 水晶と同じくらい

答え：

- C 水晶と同じくらい

なんと歯は水晶と同じくらいの固さがあるんですね！

そんなに固い歯でも、虫歯菌の作り出す酸によって溶かされて虫歯になってしまいうんですね～

本当におどろきだね！

歯を溶かさないように、毎日虫歯予防と一緒に、がんばりましょう！！

新型コロナウイルスオミクロン株のまん延による感染症が衰えをみせず、ストレスの多い生活が続いている状況です。また、マスクの着用はもはや生活習慣のひとつとなっています。これから本格的に花粉症シーズンに入ると、ますますマスクが手放せなくなります。こうしたコロナ禍のストレスやマスク着用が原因となって増えているとみられるのが顎関節症です。口が開きにくくなったりあごが痛くなったりなどの症状が生じるといいます。

コロナ禍のマスク生活やストレスが原因？世界的に急増する顎関節症の原因と対策

顎関節症の主要原因である食いしばりや歯ぎしりなどは、ストレスが原因になっていることが多いのです。また、テレワークの普及によってパソコンやスマホ画面に集中する機会が増えました。一般的に何かに集中するときは無意識のうちに奥歯に力が入って、あごの筋肉が緊張しやすくなるので、顎関節症を誘発しやすい環境になったといえます。子供の顎関節症の症例も増えているということなので、注意が必要です。

(参考文献：ニッポ健康ニュース)

～顎関節症三大症状～



もし、これらの症状があるようでしたら、早めに歯科に受診して相談をするといいでしよう。

牛久市歯科医師会は1986年6月の牛久市市政施行と同時に当時の荊崎町と分離し発足しました。現在 35 歯科医療施設の管理者で構成されており、日々の歯科診療の他牛久市との委託契約により成人歯周疾患検診や学校検診、1歳半・3歳児検診をはじめとして牛久市民の皆様に様々な医療サービスを提供しています。

