



# 健口ニュース

けんこうニュース

じんの歯科クリニック

052-879-1818



## 28本の歯すべてに大事な役割があります

皆さんは歯が全部で何本あるか、ご存知でしょうか？永久歯の場合、親知らずを除くと全部で28本あるのが通常です。

歯は、全部揃っている時には意識することはありませんが、たった1本失われるだけで、正常な働きができなくなってしまうものです。例えば、大臼歯が一本なくなると、咀嚼効率は4割くらい低下します。発音に関しては、上の前歯が抜けるとサ行の音が、奥歯が抜けるとハ行、ラ行が発音しづらくなります。また、見た目にも歯がない状態はあまり良くありませんし、奥歯の場合、歯がないのが直接は見えないとしても、その部分の頬の張りが無くなり、見た目が老けて見えたりします。歯は一本抜けるとバランスが崩れ、どんどん歯を失いやすくなりますので、一つひとつの歯を大切にしていきましょう。

## 歯の種類とそれぞれの歯が必要な理由

### 1 切歯（せっし）

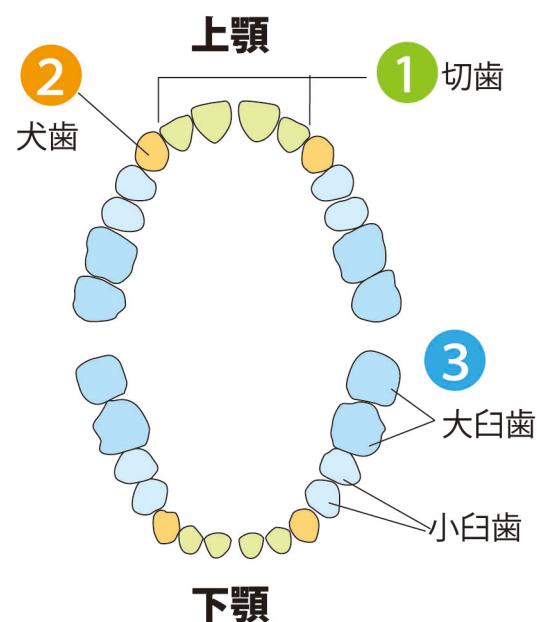
真ん中から1番目、2番目の前歯のことです。上下合わせると合計8本あり、食べ物を噛み切る、ちぎるといった働きをします。また、見た目にも大きく影響し、発音する際にもなくてはならない存在です。

### 2 犬歯（けんし）

前から3番目に存在する先の尖った歯を犬歯（糸切り歯）と呼びます。上下左右で合計4本あり、食べる際、食べ物を切り裂く役割のほか、歯根が全ての中で最も強く優れるため、咀嚼する時に前歯や奥歯に負担がかかりすぎると防ぐ役割があります。

### 3 白歯（きゆうし）

犬歯よりも後ろ側にある歯を臼歯といいます。そのうち犬歯の隣二つを小白歯、その奥にある二つ（親知らずを入れる場合は三つ）を大臼歯といいます。臼歯は、食べ物をすりつぶす、噛み砕くことで消化を助けます。また、瞬発的な力を出すとき、踏ん張るときなど、噛みしめる際にも重要です。



## 歯石は歯磨きでは取れません！歯科医院で定期的に歯石取りを受けましょう。

毎日歯磨きしていても歯石はついてしまいます。歯石の表面はザラザラしていて無数の穴やくぼみがあるため、細菌が付着しやすく歯周病の原因になります。歯石は歯磨きでは取れないため、歯周病を予防するためには、ついた歯石を歯科医院でこまめに取る必要があります。

## 歯石は歯周病菌の棲家に

