



歯周病の人は寿命が短くなる？

サーチュインって聞いたことがありますか？

長寿にかかわる遺伝子として、科学雑誌や報道番組などでも取り上げられているのでご存じの方も多いかもしれません。

サーチュインが活性化することで、寿命が延びることが多くの実験でわかってきました。

じゃあ、どうしたらサーチュインが活性化するのか？

今のところ明らかになっているのは

- ①摂取カロリーを減らす（腹7分目）とサーチュインが活性化する
 - ②レスベラトロール（赤ワインなどに含まれるポリフェノールの1種）を摂取するとカロリー制限と同様サーチュインを活性化するらしい
- ということです。

レスベラトロールについては、認知症予防効果なども報告され、報道ステーションなどでも取り上げられていました。（おかげでしばらく品薄で、当院でも入荷待ち状態でした。）

さて、活性化の反対でサーチュインを不活性化する要因として、歯周病はあげられています。弱い慢性炎症の存在が、インスリン抵抗性惹起分子を放出するためです。他に、サーチュインを不活性化する要因としては、肥満、糖尿病があげられています。

たかが歯周病・・・と侮らないで！

健康長寿のために定期的に歯石を除去し、歯周病を予防しましょう。



イタドリ(タデ科の植物)由来のレスベラトロールは未使用です。価格はブドウ由来のレスベラトロールより安価で海外では使用されていますが、日本では食品への使用が認められていません。この製品は、赤ワイン由来のレスベラトロールを使用しています。

レスベラトロール：60粒入り ¥5800

*11月14日(日)は、スタッフ全員矯正の研究会出席のため休診となります。

ご迷惑おかけいたします。

また、11月6日、7日は学会参加のため院長不在です。

★診療時間★

月火木10:00～21:00/金土日10:00～14:00

昼休み14:00～15:30/休診日 水曜・祝日



ウェストデンタルクリニック

〒161-0031 新宿区西落合3-1-16 メトロハイツ西落合102

電話 03-5982-6771 FAX 03-5982-6774

<http://www.west-dental.com>

患者さんからのご質問にお答えします！



Q1.口臭予防に効果のある製品を教えてください

口臭予防に1番大切なのは、まずは原因を断つこと。
よって、虫歯や歯周病があれば治療を受けることが必要です。

(大きく穴のあいた虫歯、歯にこびりついた歯石、長期間入れっぱなしの仮歯、治療途中で放置している歯、手入れの悪い入れ歯、歯肉に半分埋もれて磨きにくい親知らず、はいずれも口臭の原因になります。)

更に、お口の中を清潔に保つよう、毎食後丁寧な歯磨きをすることが1番です。
食べかすや歯垢で汚れた歯は、当然口臭の原因になります。
電動ハブラシを使用すると、歯磨きが下手な人でも上手に歯垢を取り除けます。

その上で、更に口臭予防におすすめできるのは洗口剤、舌ケアのタブレット、などがありますが、その方のお口の状態にあった製品をご紹介しますのでお気軽にスタッフへご相談下さい。



舌ケアタブレット ブレオ ¥1050



殺菌効果が長時間続く洗口液
コンクール ¥1050
歯周病予防にもGOOD



歯ブラシだけでは、汚れの7割程度しか落ちません
歯間ブラシやデンタルフロスを併用することで、汚れの9割ぐらいを落とせます
歯間ブラシ ¥450

毎食後の歯磨きと、定期的な歯石の除去で口臭も歯周病も予防しよう！！



歯石で汚れた歯の裏

歯石がついていると、その上にステイン(着色)もつきやすくなります。
また、歯石は口臭だけでなく、歯周病を引き起こします。



2010年11月