

＜6月4日～10日は、歯と口の健康週間＞

## 予防歯科専門医が推奨する「最新口腔ケア」

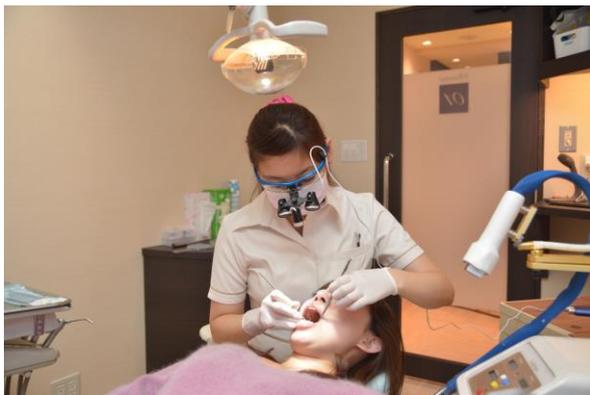
心疾患、糖尿病など重篤な全身疾患の予防とともに、健康寿命延伸にも！  
善玉菌で口内フローラを改善し、虫歯菌・歯周病菌を抑制

### スウェーデン発「バクテリアセラピー」

西荻窪にある予防歯科専門デンタルケアセンター「グラーツデンタルケア」では、スウェーデン発祥、現在世界50カ国以上で取り入れられている口腔内細菌改善の治療「バクテリアセラピー」を推奨しています。

当院で導入するスウェーデン式の予防プログラムは、かつて日本以上の虫歯大国であったスウェーデンで、実際に虫歯を激減させたプログラムです。

効果が実証されているスウェーデン式の予防プログラムと、個々の検査結果を組み合わせることで、より効果的なメンテナンスを提供して参ります。



## 1,000億の口内細菌からなる「口内フローラ」のバランスが鍵

口内には、細菌など微生物が数百種類生息しています。その細菌集団を細菌叢（サイキンソウ）やフローラと呼びます。

### 口内フローラが乱れると意外な病気にも…

口内には300種類以上の菌が生息し「口内フローラ」を形成します。菌は主にプラーク（歯垢）や唾液、舌苔などに存在。良い菌だけではなく、虫歯菌や歯周病菌など悪い菌も含まれます。口内フローラが乱れて、これらの悪い菌が増殖すると、虫歯や歯周病、口臭などの原因になります。



さらに、口内フローラの乱れによって歯周病になってしまうと全身の健康にも影響を与えます。歯周病が悪化すると歯周病菌が血管の中に侵入して全身に届き、糖尿病や動脈硬化、狭心症・心筋梗塞・脳梗塞、早産・低体重児出産、骨粗鬆症などの原因にもなることが報告されています。

私たちの健康は、すべて口から始まるといっても過言ではありません。そのため、口内フローラを良好に保つことは、健康寿命延伸にも繋がるのです。

## 50 カ国以上で採用されている「バクテリアセラピー」とは

もともと人の体内に常在していた善玉菌を補給する方法です。スウェーデンに本社を置くバイオガイア社により、ヒト由来の「L.r.プロデンティス菌株」から、虫歯菌・歯周病菌を強く抑制する乳酸菌「ラクトバチルス・ロイテリ菌(通称、L.ロイテリ菌)」が開発されました。

その「L-ロイテリ菌」を錠剤やリキッド、ガムで1日1回以上摂取して短期間で体内の菌質を改善し善玉菌優位にできる根本治療が「バクテリアセラピー」になります。

歯科において実証しているロイテリ菌の効果は以下のとおりです。

- ・ う蝕（虫歯）病原菌を減少させる
- ・ 歯周病原因菌を減少させる
- ・ プラーク（歯垢）を減少させる
- ・ ヒト由来のため高い安全性
- ・ 口腔内の定着率が高い＝効果の持続



バクテリアセラピーを  
実施している国

良質なバクテリアセラピーは、医薬品を一切使用しないことから副作用のない安全性が担保されています。

現在欧米の歯科口腔外科、小児科や産婦人科、消化器内科を中心に、世界52ヶ国以上の医療現場で採用されています。

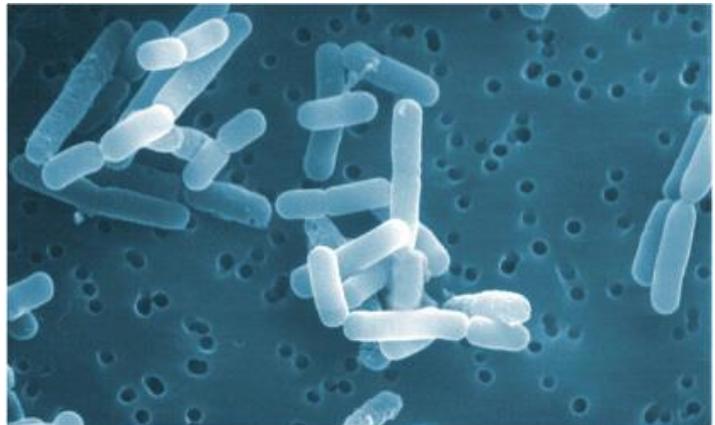
## 歯周病菌を激減させるヒト由来の天然乳酸菌「L.ロイテリ菌」

「L.ロイテリ菌」は、体のなかに共生している天然の乳酸菌で、母乳の中や赤ちゃんのおなかの中に多く認められます。

歯周病原因菌の「P.g菌」「A.a菌」を10分の1程度まで抑制することができ、歯周病の前段階である歯肉炎に対しても、歯茎粘膜の炎症を鎮静させるなど、L.ロイテリ菌が症状軽減・完治に効果を発揮することが報告されました。

世界の4,000余りの臨床試験は国際的に認められ、権威のある医学誌に掲載されています。

歯周病と重篤な全身疾患との関連が発表されている今日、色々な病気の予防を考えるなら、まずは「口内菌質」の改善からはじめるのは、如何でしょうか。



ヒト由来であり、極めて安全、かつ虫歯菌・歯周病菌を強く抑制する乳酸菌「L.ロイテリ菌」

## 最新の内科的・化学的予防歯科治療「3DS 除菌療法」

小児～高齢者までのハイリスク（通常の方よりも症状が悪化し易い）の方に適応される比較的新しい治療法として、3DS（Dental Drug Delivery System）があります。内科的・化学的観点で虫歯や歯周病の予防効果を高める、根本的な予防歯科治療になります。

唾液検査の結果、ハイリスクと判断された方には、3DS 除菌療法が有効です。専用マウスピースに薬剤を注入して装着することで、虫歯菌や歯周病菌に直接作用させて除菌。悪化要因である歯垢の定着を集中的に抑えます。

痛みもなく患者様の負担も少ない上に、お口の環境の改善に短期間で劇的効果があります。除菌後は「バクテリアセラピー」によって、善玉菌を増やして口内フローラのバランスを改善します。

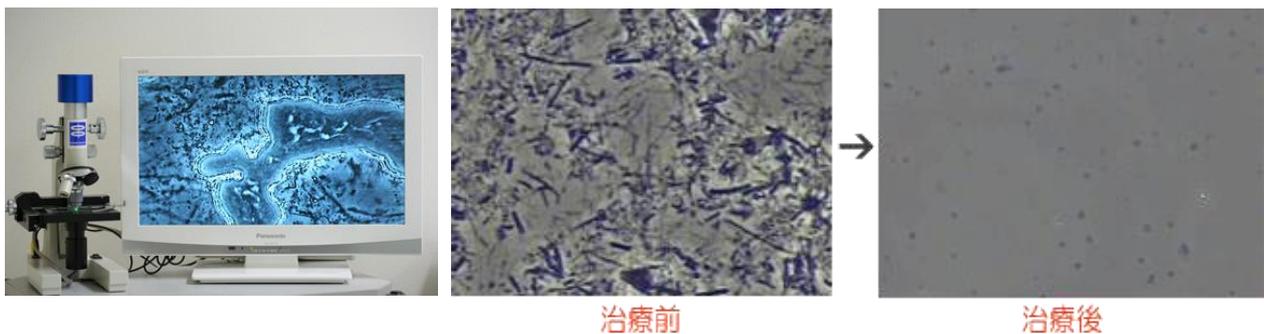


## 「口腔内細菌検査」で細菌の種類や量、口内環境をリアルタイムで確認

位相差顕微鏡により口腔内付着細菌を観察し、種類や量、環境の判別を行います。

口腔内には 300 種類以上の細菌が複雑に常在しており、歯をよく磨く人でも約 1,000 億の細菌がコミュニティを作っています。

虫歯菌活性が活発な人ではう蝕（虫歯）病原菌の桿菌が動き回り、歯周病傾向の方では多数の悪性歯周病菌とされるらせん状細菌、方錐菌が活発に動く様子がリアルタイムで確認されます。3DS 治療、機械的清掃で除菌後は、病原菌の劇的減少が判定できます。



### 口内フローラを良い状態で保つために、日常生活でできること。

口内フローラを良い状態に保ってお口の病気を防ぐには、まずは毎日のオーラルケアが大切。歯ブラシや歯間クリーナーで毎日しっかりプラークを落としましょう。さらに、歯科医で定期的に口内検査や、プラークや歯石の除去をすることも大切です。

また、忘れがちなのが「唾液」のケアです。唾液には口内フローラを良い状態に保つための抗菌成分「ラクトフェリン」が含まれており、悪い菌の増殖を防ぐ働きがあります。ところが唾液は年齢とともに分泌量が減り、自浄作用が弱くなってしまいう傾向があります。そのため、唾液腺マッサージや唾液が出やすい食べ物を食べるなど、ちょっとした工夫も大切です。

## クリニックのご紹介 グラーツデンタルケア

ホワイトニング専門・矯正歯科予防歯科専門の「デンタルケアセンター」です。治療の場から予防医療の時代へ「美」と「健康」は同時に追求します。

当院では、大人のために特化した予防学的な矯正治療、スウェーデン式予防プログラム、精密歯科人間ドックに力を注いでいます。専任の歯科医師、歯科衛生士による世界標準の歯の審美・漂白とプロフェッショナルデンタルケアをご提案しています。アルティメット（究極の）ホワイトニングを行っています。

- ・住所 東京都杉並区西荻北 3-20-11  
グラツィオーソ西荻窪 北側1階
- ・TEL 03-6913-8921
- ・アクセス JR 中央線・総武線・東西線「西荻窪駅」改札北口より徒歩1分
- ・診療日・時間 火・木・金 9:30～13:00/14:30～19:30  
水曜 12:00～16:00/17:00～21:00  
土曜 9:30～13:00/14:30～17:30
- ・休診日 月曜・日曜・祝日（祝日のある週の月曜は振替診療）



## 代表プロフィール

### 八木 優子 Yuko Yagi

歯科医師・歯学博士

資格 歯科医師歯学博士  
日本矯正歯科学会認定医  
日本アンチエイジング歯科学会認定医  
日本歯科人間ドック学会（現 JOH 学会）認定医  
Nono Care USA Whitening ホワイトニング認定指導医  
歯科医師臨床研修指導歯科医  
AMDA（アジア医師連絡協議会）登録医  
英語フランス語対応可能

所属学会 日本矯正歯科学会  
日本アンチエイジング歯科学会  
日本歯科人間ドック学会

治療のモットー

何よりも患者様の思い、健康への願いに寄り添うこと。今できる最善を尽くし、患者様の将来を一緒に見据えて予防に徹すること。「美」と「健康」の追求は同時に成すこと。

