

# お口の健康をバイオフィルムから守りましょう!



## バイオフィルムの困った性質

バイオフィルムという言葉を知っていますか？お風呂のパイプや下水管の内側に見られるヌルヌルは、身近なバイオフィルムの例です。その他にも人体に埋め込んだ医療用の人工器具や尿道カテーテルの表面などに見られ、院内感染の原因として問題視されています。

バイオフィルムの特徴は、表面にくっつく性質が強く簡単にははがれないことと、抗菌性の薬も透過させないほど強いことです。物理的に取り除くしか方法がありません。

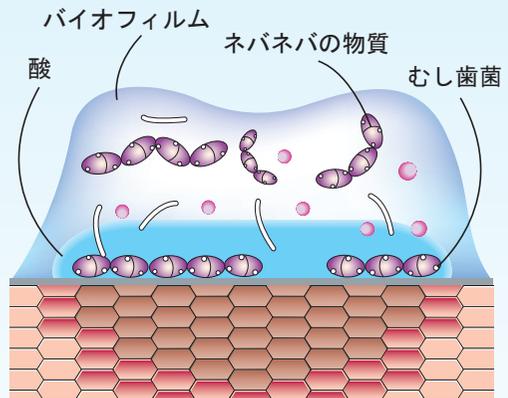
## プラーク(歯垢)もバイオフィルム!

歯の表面についているプラークもバイオフィルムです。むし歯の原因菌は、お口に入ってきた砂糖を栄養源としてネバネバした物質をつくり歯の表面にしっかりくっつき、それが溜まって厚い膜状(バイオフィルム)になります。

むし歯菌は、この膜に守られて増え続けどんどん酸をつくります。膜の内側は強い酸性となり脱灰(歯のエナメル質から成分のリンやカルシウムが溶け出す反応)が進みます。こうしてむし歯は本格化します。

## 歯周病もバイオフィルムが始まり

歯周病も細菌による感染症です。歯と歯肉の境目についたプラークは、歯と歯肉の隙間(歯周ポケット)を広げて奥に入り込みバイオフィルムをつくります。この中に強い毒素をだす細菌が繁殖し、周りの歯肉をますます攻撃するようになります。歯肉に遮られてセルフケアが十分できないので、歯の表面のものよりやっかいです。



花田信弘「もう虫歯にならない」より

歯の表面にバイオフィルムができるには、18時間以上かかります。

1日に一度は、プラークが簡単に落とせるうちに  
ていねいに歯をみがきましょう。

専門家による処置(PMTCやスクレーピング・ルートプレーニング)も必要です。