



# 本康歯科ニュース

世界中のどの歯医者に行くよりも、この歯医者に来て良かった！！と思ってもらえる歯科医院めざして！

新年あけましておめでとうございます

今年も一年皆様にとって良い年でありますよう心からお祈り申し上げます。

最近ちょっと歯の色が気になるなあ……。神経を取ったわけでもないのに、どうしてこの1本だけ色が違うんだろう？ そんな風に思って歯科に行くと、歯の神経が死んでいるとのこと……。痛みがなく自覚症状がない場合も。一般的には、歯の内部にある「歯髄」と呼ばれる組織全体が、機能しなくなった状態をいいます。痛みがほとんど起こらないで、歯の内部の歯髄が死んでしまう自然死は、主に次のようなことが原因です。

## 以前の治療の影響

比較的多く見られるのが、以前虫歯の治療の際、神経にごく近いところまで、虫歯が進行していたが、その時は歯の神経を取らずに保存して、詰め物などで穴を埋めてある場合。治療後に神経近くに潜伏していたごく少量の虫歯菌によってゆっくりと歯の神経を蝕むため、それほど痛みを感じずに数年後に神経が死んでいることがあります。

## 打撲など機械的刺激の影響

口元を強く打ち付けたり、歯に強い衝撃が加わったりすると、その時は痛みが落ち着いたとしても、しばらくしてから神経が死ぬことがあります。

歯の神経が機能なくなると、歯自体の痛みは感じなくなるので、自覚症状がなくなります。しかし、ほかの歯に比べて、色に変色したように暗く、表面がくすんだようになるなど、歯の神経を取った時と同じような色の変化が起ってきます。気になる方は一度歯医者さんで診てもらって下さい。

美容と健康に役立つ

## お口周りのツボ&マッサージ

美人な笑顔に！ こうかく 口角を上げるエクササイズ

皆さんは、ご自身の笑顔に自信はありますか？  
なかには**自然な笑顔**ができないという人もいらっしゃるようです。  
そこで今回は、笑顔美人に導いてくれる、**口角を上げるエクササイズ**をご紹介します。

### やり方

1



口を軽く閉じて上下の唇を内側に巻き込み、口角を斜め上に引き上げます。

2



上唇の両脇の筋肉を使って、口をUの字にします。難しい場合は指を使っ

ても構いません。最後は自然な口の形に戻します。①②を5回繰り返しましょう。