

今回の話は・・・PMTC

最近、歯の予防や美容に関する質問が多く受けるようになりました。

P M T Cとは **Professional Mechanical Tooth Cleaning** の略語で、直訳すると『専門的で機械的な歯の掃除』となります。

歯の表面がツルツルして気持ちいいばかりでなく、プラークに含まれる雑菌を落とすことによるむし歯・歯周病予防の効果があります。

また、歯肉の腫れや痛みを抑え、苦痛緩和、歯の延命効果も期待できます。

以下のステップで進んでいきます。

STEP 1

来院時の口腔内状況の確認

口腔内の汚れ（プラーク）の確認と日頃のブラッシングの癖についての確認します。

STEP 2

歯石、付着物の除去

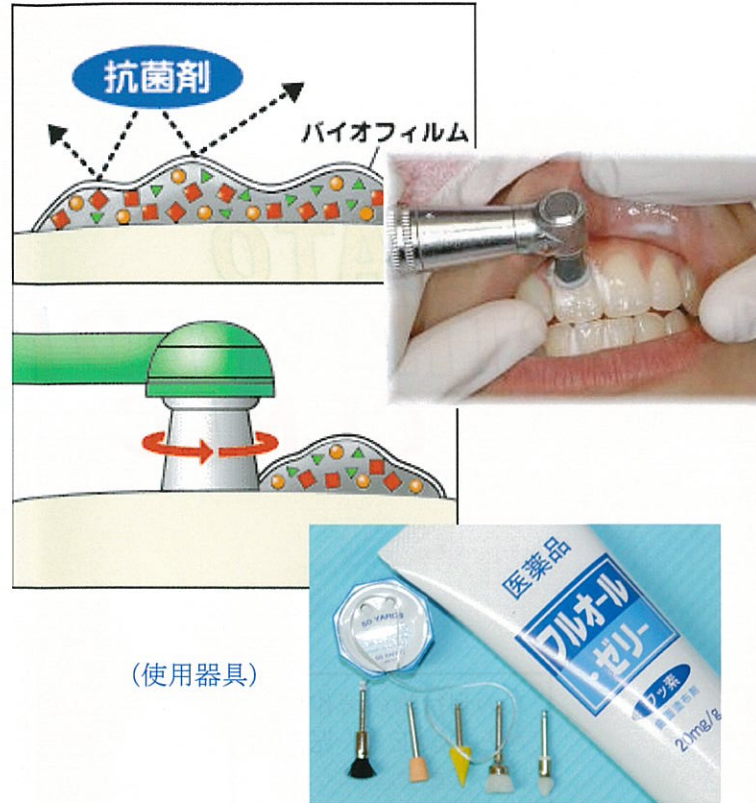
超音波スケーラーや手用スケーラーなど使用し、歯石、茶しぶなどの汚れの除去します。

STEP 3

ペースト使用による機械的研磨

ゴムのカップやチップ、小さなブラシを使って、スケーラーでついた微細な傷を研磨したり、歯の表面のバイオフィルムを除去したりします。スクラブのような荒めのペーストから始め、クリームのような細かいペーストに終わります。バイオフィルムが付着したままだと5番目に行うフッ化物

の歯面塗布の効果が十分に得られにくってしまうため、丁寧に行います。また、このときに歯のくすみも取れます！



STEP 4

口腔内の洗浄とブラッシング

空気や水で十分に研磨ペーストを洗い流します。そして、正しい磨き方の指導。

STEP 5

フッ化物の塗布

歯質強化のため、フッ素を歯の表面に塗ります。効果が薄れてしまうため、フッ素を塗った後30分間は飲食を控えて下さい。

また、汚れの多い方や歯肉に炎症がある方は、1回では治療しきれません。2～3回にわけて慎重に汚れや炎症を抑えていきます。

健診は3か月ごとに行いましょう。

PMTC の治療例

