

すやま歯科

DENTAL NEWS

2026年
3月号



3月3日はひな祭りです。皆様のご家庭では“ひな人形”を飾っていますか？

さて、ひな人形からは昔の文化や暮らしを垣間見ることができます。おひな様や三人官女を見ると、口の中が黒く塗られている場合があります。これは、古の時代に既婚女性の習慣であった「お歯黒」を表しています。

歯科治療が十分に進歩していなかった時代において、お歯黒には歯並びや歯の欠け、歯の着色を隠す役割がありました。さらに、染料に含まれる成分は、口腔内の悪臭や虫歯、歯周病の予防に効果があったとされています。また、お歯黒を塗り直す際には丁寧な清掃が欠かせず、女性たちは日々、房楊枝で口の中を整えてから施していたといわれています。こうした習慣は、結果的にプラークコントロールにもつながっていました。お歯黒は、昔の女性にとって美容と健康を保つための大切なたしなみでもあったのです。明治時代に入ると、お歯黒の風習は姿を消しました。現代では美意識も変わり、時代劇の女優さんも白い歯のまま演じていますね。しかし、ひな人形の三人官女は、今もその時代の美意識と口腔文化を静かに伝え続けてくれています。



すやま歯科

電話 095-843-7234

診療科目 一般歯科/小児歯科/審美歯科/訪問歯科
インプラント/予防歯
科/口腔外科

交通手段 路面電車「千歳町電停」下車徒歩3分
長崎バス「住吉バス停」下車徒歩2分



診察時間	月	火	水	木	金	土
午前	9:00 ~12:00	9:00 ~12:00	9:00 ~12:00	9:00 ~12:00	9:00 ~12:00	9:00 ~12:30
午後	13:30 ~18:00	13:30 ~18:00	13:30 ~18:00	13:30 ~18:00	13:30 ~18:00	

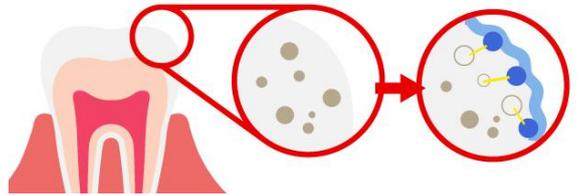
出会いの季節に、輝く笑顔を「ホワイトニング」

春は卒業や入学、入社など、新しい出会いの季節です。ホワイトニングで、笑顔をより引き立ててみませんか？

★なぜ歯の色は人それぞれ違うの？

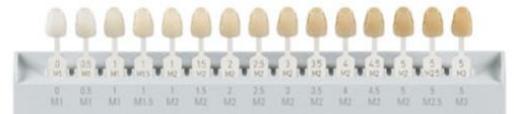
歯の色は、歯の表面にある「エナメル質」の厚みや透明度と、その内側にある「象牙質（そうげしつ）」の色によって決まります。エナメル質は歯の外側を覆う半透明の組織で、その下にある象牙質はやや黄色みを帯びています。象牙質の色がエナメル質を通して透けて見えることで、歯の色が決まるのです。日本人は欧米の人に比べて、エナメル質がやや薄い傾向があり、黄ばみが目立ちやすいと言われています。

ホワイトニング剤の主な有効成分は「過酸化水素」または「過酸化尿素」です。ホワイトニング剤が歯の内部に浸透すると、分解の過程で酸素が発生します。この酸素が内部に沈着した着色物質を分解・無色化することで、歯は内側から明るく白く見えるようになります。さらに、エナメル質の表層が一時的にすりガラス状に変化し、光が乱反射することで、内部の黄色みが目立ちにくくなるという視覚的効果も加わります。



★どれくらい白くなるの？

元々の歯の色は、歯の質によって個人差があり、通常はシェードガイド（右図のような歯の色をみる指標）で5段階から7段階白くなります。



★ホワイトニングの種類

■ホームホワイトニング

歯科医院でマウスピースを制作し、マウスピースに薬剤を注入して毎日一定時間装着することで歯を白くする方法です。歯が白くなるまで2週間ほどかかりますが、効果が長く持続します。

■オフィスホワイトニング

オフィスホワイトニングは、歯科医院で歯科衛生士の手で施術を行うホワイトニングです。濃度の高い薬剤を使用できるため、短期間で白くしたい方や安心感を得たい方にお勧めです。

■デュアルホワイトニング

上記2つの方法を組み合わせたホワイトニングです。早く歯を白くし、自分で効果を持続できます。

●ホワイトニングによって知覚過敏がでることがあります。また、効果は半永久的ではなく、白さを持続させる場合には定期的にも実施する必要があります。ご希望の方はお気軽にご相談ください。



すやま歯科

