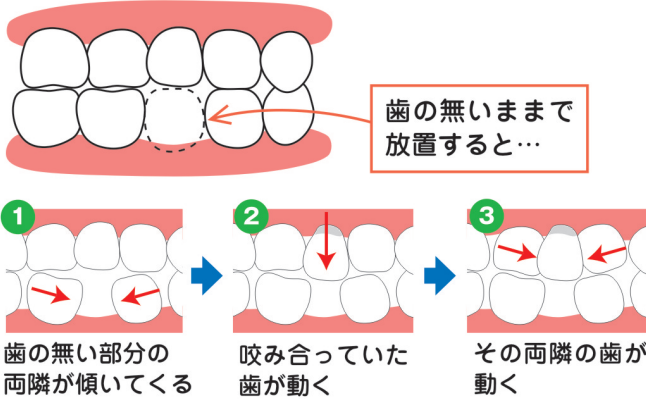


歯のQ&A

Q 奥歯を1本抜きました。
見た目に問題ないので
そのままでもいいですか?



A 歯は1本1本が重要な役割をしています。歯が抜けたままだと(下図)のように、歯が傾いたりして咬み合わせに影響します。咬み合わせが悪くなると、むし歯・歯周病・顎関節症といったお口の中だけでなく、首や肩のこりなど全身に影響する場合があります。治療の際は治療期間が長くなり治療費の負担も増えます。

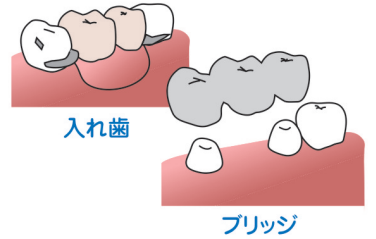


「歯が1本ない場合の治療法」

歯を1本抜いた場合は入れ歯・ブリッジ・インプラントといった治療法があります。

保険適用の場合

ブリッジや入れ歯を行います。両隣の歯を削ったり、支えにするため毎日少しずつの負担が年数とともに大きな負担となり、支えている歯の寿命を短くしてしまう可能性があります。



保険適用外の場合

両隣の歯も大切にしたいといった場合は、保険適用外の治療としてインプラントや特殊な素材を使った入れ歯もあります。インプラントの場合、手術が必要で、お口や全身の状態によっては適応できない場合があります。



奥歯で目立たなくても、歯を抜いたらしっかり治療を受けましょう。

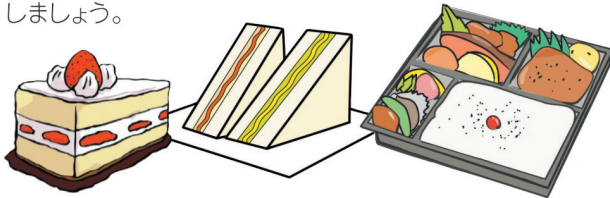


消費期限と賞味期限

賞味期限が過ぎたからもう食べられないというわけではありません。賞味期限と消費期限、その違いを知って食べ物を無駄にしないようにしましょう。

消費期限

袋や容器を開けない状態で記載された保存方法を守って保存していた場合に、「安全に食べられる期限」のこと。お弁当、サンドイッチ、生めん、ケーキなど、いたみやすい食品に表示されています。この期限を過ぎたら食べないようにしましょう。



賞味期限

袋や容器を開けない状態で記載された保存方法を守って保存していた場合に、「品質が変わらずにおいしく食べられる期限」のこと。ただし、一度開けてしまった食品は早めに食べましょう。



薬の使用期限 薬にも使用期限があります。

市販薬の場合

薬の外箱や容器などに使用期限が書いてありますが、これは未開封のときの期限です。開封後の使用期限は、錠剤、カプセル剤、粉薬、軟膏、坐薬などは、だいたい6ヶ月～1年以内、目薬は約1ヶ月程度を目安にしてください。

処方薬の場合 (医療機関でもらった薬)

医療用の薬は、処方された日数内に使い切るのが原則です。1日3回5日分の場合、5日目が期限になります。その期限を過ぎたから効果がないわけではありませんが、早めに処分しましょう。処方薬は患者さんの体調や症状などに合わせて処方したものです。残っているからといって、同じような症状のときに使ったり、同じような症状の人に勧めてはいけません。