

2009.5.20

元気のヒソト

◁14▷



大石 慶二

徳島大学病院歯科

「歯周病」は、歯周組織が炎症を起こし、歯を支える力が弱くなる病気です。一般には中年以降に多くみられ、歯茎から血や膿が出る、歯茎が腫れる、歯が揺れる、といった症状が現れます。重症になると、抜歯が必要になるため、歯周病は歯を失う大きな原因の一つとなっています。歯周病の主たる原因は、歯

歯周病

生活習慣も深く関係

歯磨き徹底健康へ配慮を

歯の表面に固く沈着し「歯石」になりま

す。これら歯垢や歯石が直接接している歯茎では、細菌によって炎症が起ります。

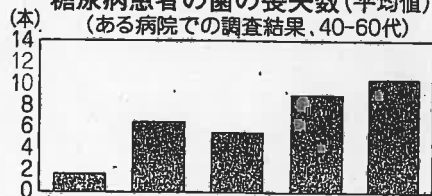
この炎症が続くと、歯と歯茎の間に深い溝「歯周ポケット」が形成されます。その中でも細菌が増殖し、炎症は歯の根に沿ってさらに深くへと

の表面に付く「歯垢（デンタルプラーク）」です。歯垢を顕微鏡で観察すると、細菌の塊であることが分かります。これを放置すると石灰化して

波及します。歯周病が進行すると、ものがかみにくくなるなど、食生活にも支障が出ます。また、歯並びが悪くなったり、口臭の原因になったりする場合もあります。

最近、歯周病の進行には全身的な病気や生活習慣も深く関係することが分かってきました。特に糖尿病の患者は、歯周病になるリスクが、健康な人より二―三倍高いと報告

糖尿病患者の歯の喪失数(平均値)
(ある病院での調査結果、40-60代)



糖尿病患者の血糖値指標(HbA1c)

い、歯垢を落とすことが大切です。また、歯磨きで取れない歯石は歯科医院できれいに取り除いてもらいましょう。これに加え、生活習慣を改善して健康に気を付けることも予防につながる大切な一歩です。これらは、歯周病の治療を受ける際にも同様に重要と言えるでしょう。

近年、テレビなどのコマーシャルの影響もあり歯周病の知名度は上がってきたように思われます。しかし、厚生労働省の調査によれば、四十代の約八割の人に歯周病の症状が見つかるといいます。

歯周病は、その初期には痛みなどの症状がほとんどなく、知らないうちにゆっくりに進行するので注意が必要です。歯磨き時に出血などがあれば、自分ではあまり重症とは思っていても、ぜひ早めに歯科医院で診察を受けてください。