



沖 歯 科 医 院 便 り



発行/沖歯科医院 〒053-0855 苫小牧市見山町4丁目1-6

☎0144(72)8558 ☎0800(800)8545

<http://www.oki-dentalclinic.com/>

歯 周 病 と 全 身 の 病 気

いまや「国民病」とも言われる歯周病。進行すると歯を失ってしまうことはよく知られていますが、その影響は口の中だけにとどまりません。歯周病の原因となる歯周病菌は、酸素を苦手とする嫌気性の細菌で、歯と歯のすき間や歯と歯肉のすき間の歯周ポケットなどで増殖します。

歯周病菌が増えると歯肉に炎症を起こすだけでなく、歯肉の奥に逃げ込むと血液中に入ってしまうこともあります。歯周病菌が血流に乗って全身をめぐる、動脈硬化を起こしやすくなります。心臓の動脈で動脈硬化が起こって血管が詰まれば、心筋梗塞などのリスクが15~24%ほど高まると指摘されています。脳の血管が詰まれば脳梗塞のリスクも高まります。

また、歯周病は糖尿病の合併症の一つとも言われます。糖尿病の人は歯肉炎や歯周炎にかかっている人が多いというデータが報告され、歯周病があると血糖コントロールが悪くなることもわかっています。

現在では歯周病は、予防でき治療も可能です。大切なのは予防、診断、治療、そしてメンテナンスです。歯周病の原因は歯垢ですから、それをためない、増やさないことが基本です。

1. 正しい歯ブラシの方法で毎日実行し、歯の表面を歯垢のない清潔な状態にしておきましょう。
2. 歯肉の中まで入っている歯石を完全に除去し、さらに根の表面を滑らかにして炎症を引き起こす細菌を徹底的に除去するようにしましょう。
3. 傷んだ歯肉、骨を治療して健康に近い歯肉にすることが大切です。
4. 健康の保持のため歯科衛生士による専門的なクリーニング等のメンテナンスを定期的に行いましょう。

お伝えします！

今、知っておきたい

歯科ニュース

ちがくがびん

“歯がしみた=知覚過敏”と決めつけないで！

冷たい食べ物や飲み物を口にして歯がしみた時、知覚過敏用の歯みがき粉のテレビCMを思い出す方も多いと思います。しかし、「冷たいもので歯がしみたから、これは知覚過敏に違いない！」とすぐに判断するのは、少し早計かもしれません。日本歯内療法学会が実施したアンケートによれば、「歯がしみる経験のある人の3割が、知覚過敏だと思ったが、歯科医にむし歯と診断されたことがある」と回答しています。歯がしみる症状は知覚過敏だけではなく、むし歯や歯周病が原因の場合もありますので、お口の中に違和感を覚えた時は自己判断せずに、ぜひ早めの受診をおすすめします。

