



歯は、美と健康の入口

一歯の健康情報



過去分(2013年4月～)

【健康(けんこう)ワールド宣言】...

歯周病について ①

今月と来月の2回にわたり、歯周病についての情報をお伝えします。

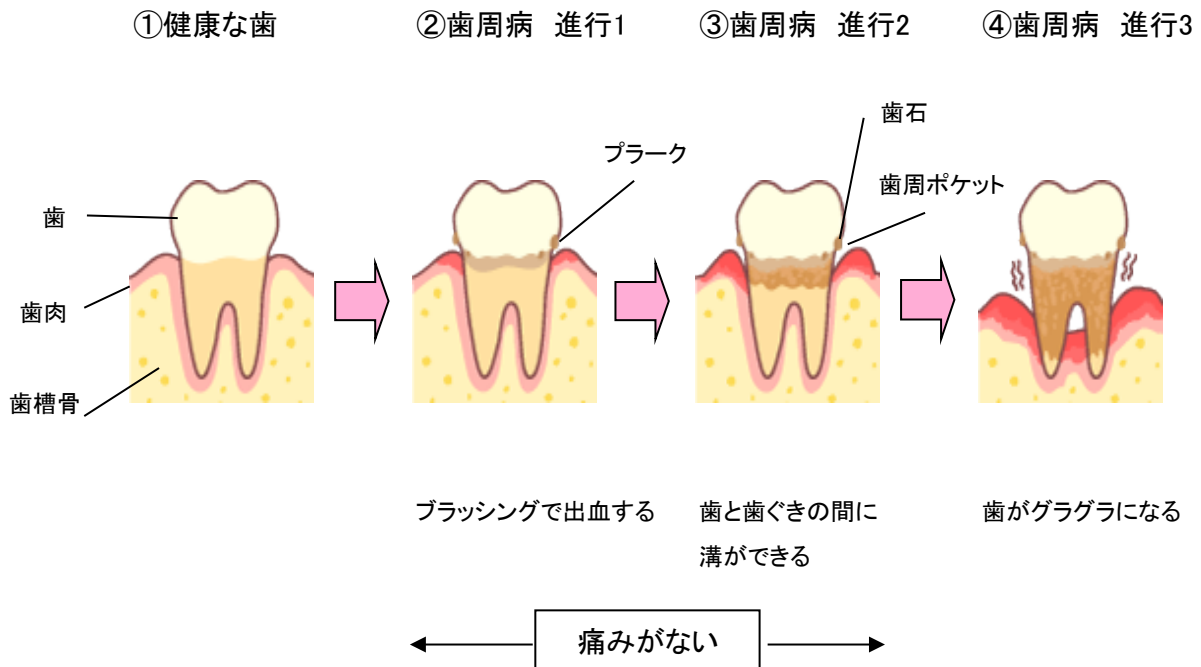
歯周病とは、細菌の感染によって引き起こされる炎症性疾患です。

歯と歯肉の境目の清掃が行き届かないでいると、そこに多くの細菌(歯周病菌)が停滞し、

歯肉、セメント質、歯根膜、歯槽骨などの組織をむしばんでしまうことによって起きる病気です。

症状が進行していても、痛みはほとんどありません。

● 歯周病の進行について



- ① お口のなかには、およそ300～500種類の細菌が住んでいます。
- ② これらの細菌は、普段あまり悪い事はしませんが、歯磨きを怠けたり、充分でなかったりすると、細菌がネバネバした物質を作り出し、歯の表面にくっつきます。ここには歯周病菌がつきやすく、やがて歯周病菌の塊である歯垢(プラーク)が形成されます。

- ③ 歯垢(プラーク)は、取り除かなければ硬くなり、歯石と言われる物資に変化していきます。粘着性が強いので、うがいをした程度では落ちません。歯垢(プラーク)を放置すると、歯肉に炎症が起こり、歯と歯茎の間の溝が広がって歯周ポケットができます。
- ④ ③の状態を放っておくと歯周ポケットがさらに深くなり、歯を支える歯槽骨までもが溶かされてしまいます。また、この状態になると歯がグラグラになってしまいます。重度になると歯が抜けてしまうことがありますが、多くの人はこの状態になるまで自覚症状がありません。

歯周病の恐ろしい点は実はここにあります。

中期(③の状態)までは痛みを感じることもかかわらず、症状がどんどん進んでいきます。痛みや腫れの自覚症状が出てくるのは末期(④の状態)になってからで、この状態になると抜歯をしなければならなくなります。

● 歯周病のセルフチェック

症状を自覚することが難しい歯周病ですが、まずは今のあなたのお口の状態をチェックすることで歯周病の進行度合いが確認できます。下記の質問で確認してみてください。

CHECK	<input type="checkbox"/> 歯磨きをすると出血する <input type="checkbox"/> 口臭が強い <input type="checkbox"/> 歯茎が赤色や紫色に腫れている(健康な歯茎はピンク色が引き締まっている) <input type="checkbox"/> 朝起きた時、口のなかがネバネバする <input type="checkbox"/> 歯がグラグラして、固いものが噛みにくい <input type="checkbox"/> 歯が長くなったような気がする <input type="checkbox"/> 冷たい水がしみる <input type="checkbox"/> 歯肉がむずがゆく、痛い
-------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------



※上記の項目3つ当てはまる

油断は禁物。歯医者での診察が必要です。

※上記の項目6つ当てはまる

歯周病が進行している可能性があります。歯医者での治療が必要です。

※上記の項目全て当てはまる

歯周病の症状がかなり進んでいます。すぐに治療が必要です。

- 来月は、歯周病と関連する病気のこと、歯周病の予防についてお伝えします。

