

歯周病は生活習慣病。プラークコントロールで守る“お口の健康”



お答え
ROSE CLINIC
新井寿欧 院長

■プロフィール 鶴見大学歯学部大学院研究科博士課程修了(歯周病学専攻)。平成23年、東桜町にROSE CLINIC(ローズクリニック)を開設。鶴見大学歯学部歯周病学講座非常勤講師。歯学博士<メモ> ☎084(924)0100 ROSE CLINIC(東桜町1-1, アイネスフクヤマ2階) <http://www.roseclinic-fukuyama.com/>

歯周病について

「ローズクリニック」の新井寿欧(としお)院長に、歯周病について聞きました。

Q 歯周病とは？

A 文字通り、歯の周りの、歯を支える歯肉や骨などの病気で、日本では30代で80%、50代では90%が罹患(りかん)しているといわれています。

虫歯が全くない人でも、歯周病になる可能性はあります。

Q どうして歯周病になるのですか。

A 主な原因は「歯垢」です。歯垢は食べカスでありません。お口の中に常にいる細菌が歯に付着し、歯ブラシの行き届かない所で増殖し、目に見えるようになったもの、つまり細菌の塊です。誰にでも上手に歯磨きできない、苦手な箇所があります。歯垢はそこに付

きやすく、歯垢が付着した部分の歯肉で細菌が繁殖し、炎症が起きます。これが「歯肉炎」です。歯科医院でお教える適正なブラッシング方法に改善していただくと、ほとんどの場合は完治します。しかし放っておくと、慢性的な歯肉炎になり、骨にまで影響します。こうなると歯の周りの組織を失っていく「歯周病」です。完治は望めません。

Q 歯肉炎の段階での対処が重要なのですね。

A まず歯科医院で歯垢を取ってもらい、歯磨き指導を受けましょう。3カ月に1度受診し、歯磨きが完璧かどうかを確認

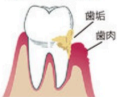
A 歯周病は生活習慣病です。歯垢の除去は必須ですが、大事なのは生活習慣を改めること。糖値を、高血圧は減塩・運動で血

Q その方法は？

A まず歯科医院で歯垢を取ってもらい、歯磨きをして、本来の健康な歯より再び虫歯になるリスクは高く、治療を繰り返すうちに歯を失うことになり。虫歯の有無ではなく正しいプラークコントロールの方法を身に付けることが、お口の健康を守る唯一の方法です。

日本人は歯の健康に対する意識が低いように感じます。患者さんによく「虫歯は何本？」と聞かれますが、虫歯ができたお口の中の環境をそのままにして歯を削って詰め物

【歯周病の進み方】



歯と歯肉の境目に歯垢(しこう)がたまり、細菌が増殖する
↓
歯肉に炎症が起こる
↓
歯と歯肉の隙間(歯周ポケット)が深くなる。腫れて出血することもある
↓
次第に歯を支える骨が下がり、歯がグラグラして抜ける