

歯周病について

歯周病は口の中だけではなく、全身に影響する病気だということを知っていますか？

口の中で起こる2大疾患は「むしば」と「歯周病」です。歯には根があり、骨の中に根が埋まって立っています。むしばは歯の病気、歯周病は歯ぐきと骨の病気で、まったく別の病気です。誰でも歯と歯ぐきの間にすきまがあり、その中まで歯磨きが出来ていないとすきまの中で歯周病の細菌が繁殖し、歯ぐきに炎症を起こします。その時点で歯周病で、その後骨を溶かして行ってしまいます。

日本人の場合、30歳までは抜歯の原因の第1位はむしばですが、30歳で逆転して歯周病が第1位となります。歯周病はご高齢の方の病気と思っている方が多いようですが、軽症のものを含めると10歳代ではすでに40~50%の方がなっています。30歳代以上では70~90%の方がなっているといわれています。つまりほとんどの方がなっているのですが、その多くの方が気づいていません。

歯周病が関係している主な合併症

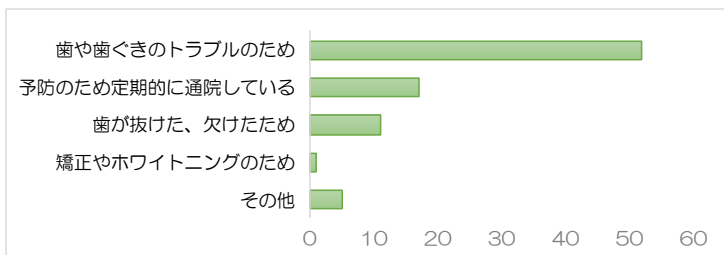


歯周病は慢性疾患で末期にならないと自覚症状があまり出ない病気です。歯がぐらぐらしたり、しょっちゅう歯ぐきが腫れるような場合は、かなり末期になっていることが考えられます。

また、中等度以上の歯周病の歯があると歯周病の細菌が血管に入って脳梗塞や心筋梗塞、心弁膜炎、高血圧、糖尿病、誤嚥性肺炎の発症を高めてしまいます。特に妊婦の方においては早産もしくは低体重児出産の危険性がかなり高まります。さらに12歳以下の同居しているお子さんには歯周病（正確には歯周病のなりやすさ）が伝染することも知られています。ご自身だけの病気ではないのです。



！ 歯のトラブルが起こってから歯科を受診する方がほとんど・・・



【ふたば薬局笹谷店でアンケートを実施】

来局して頂いている患者様のうち、86名の方を対象に歯科受診の動機について、アンケートを実施したところ、予防のため定期的に通院している患者様は少なく、口腔内にトラブルが生じた時に受診する患者様がほとんどでした。また、定期健診に対する受診意志はあるものの、受診までには至らない結果となりました。

歯を健康に保つための心がけ

歯周病の治療は簡単にいうと歯石をとって歯磨きで治すようになりますが、その程度によってさらに専門的な治療が必要な場合もあります。歯石は自分ではとることが出来ません。

むしばや症状が特になくても、歯科医院で定期的に見てもらえることをおすすめします。

ずっと自分の歯で美味しく食べるため、体のため、ご家族のために歯周病のない状態を保ちましょう。

今回、沼崎歯科医院の歯科医師、沼崎浩之先生と相談して、歯周病のセルフチェックを作成してみました。思い当たる症状があれば、チェックしてみてください。該当する項目の数によっては、歯周病が進行している場合もあります。もし、気になることがあれば、かかりつけの歯科に受診し、早めに治療することをお勧めします。

歯周病のセルフチェック

～思い当たる症状があればチェックして下さい！～

- 朝起きたとき、口の中がネバネバする。
- ブラッシング時に出血する。
- 口臭が気になる。
- 歯肉がむずがゆい、痛い。
- 歯肉が赤く腫れている。
- かたい物が噛みにくい。
- 歯が長くなったような気がする。
- 前歯が出っ歯になったり、歯と歯の間に隙間ができた。
- 食物が挟まる。

※上記の項目3つあてはまる：油断は禁物です。

ご自分および歯医者さんで予防するように努めましょう。

※上記の項目6つあてはまる：歯周病が進行している可能性があります。

※上記の項目全てあてはまる：歯周病の症状がかなり進んでいます。

