

毎食後の歯磨きが大切



【問い】歯磨きをすると歯ぐきから血が出るのですが、歯周病とはどのようなものですか？
(雲仙市、48歳女性)

【答え】歯周病とは歯を支えている歯周組織(歯肉、セメント質、歯根膜、歯槽骨)に起こる炎症性の疾患の総称です。その中で歯肉に局限して起こるものを歯肉炎、その他の歯周組織に破壊が起こるものを歯周炎といいます。

歯肉炎、歯周炎の中で多く見られるのが単純性歯肉炎と慢性歯周炎です。単純性歯肉炎とは、歯垢(プラーク)という細菌が繁殖したものが原因で歯肉が炎症を起しているものです。症状としては、歯肉が赤く腫れて少しの刺激で出血が起ります。治療法は原因である歯垢をしっかりと取り除くことで症状が治まります。

次に慢性歯周炎ですが、これは成人性歯周炎といわれ、かつては歯槽膿漏と呼ばれていました。これも原因は歯垢です。歯肉炎との違いは、歯周炎では歯肉以外の歯周組織に破壊が起こります。歯を支えている組織が破壊されるの

で症状としては歯肉からの出血に加えて歯がグラグラしてきます。

また、歯の周りには歯垢が石灰化した歯石というものがこびり付いています。この歯石の付着は、新たな歯垢が付着する原因にもなります。歯石は歯ブラシなどのセルフケアでは除去することはできないので歯科医院で専用の器具を使って除去するしかありません。初期の歯周炎に関しては歯科医院で治療することで破壊された組織が再生する可能性があります。つまり症状が現れてからでは手遅れになる可能性が高くなるので、日頃の予防が大切です。

最も大切なのは毎食後の歯磨きです。歯周病の好発部位は歯と歯の間ですので歯ブラシに加え、歯間ブラシやデンタルフロス(糸ようじ)を併用しましょう。それでも磨き残しはあります。定期的に歯科医院で口腔内のチェックと専門的なクリーニングをしてもらうことをお勧めします。

質問をどうぞ

歯と口の健康に関する質問を受け付けます。県歯科医師会の先生方が回答します(直接本人に回答はしません)。症状などを分かりやすくまとめ、住所、氏名、年齢、職業、電話番号を明記し、〒8502-8601、長崎市茂里町3の1、長崎新聞社生活文化部「お口の相談室」係に送ってください。県歯科医師会のホームページは「8020ながさき」で検索できますので参考にしてください。

歯周病

回答者



寺田 昌一郎
雲仙市愛野町
寺田歯科医院院長