

おくちの 相談室

長崎県歯科医師会

【問い】普段はなんともないのですが、歯を磨いたり、口をゆすいだりすると歯が痛みます。しばらくすると、治まります。穴は開いていないようなのですが、むし歯でしょうか。

（長崎市、74歳男性）

【答え】歯に穴が開いている感じがなく、痛みが一過性の場合、知覚過敏が疑われます。知覚過敏とは歯ブラシの刺激や冷たい飲食物、風に当たった時などに感じる一過性の痛みで、むし歯や神経の炎症がない場合に見られる症状です。

歯の表面にあるエナメル質は痛みを感じることはありませんが、その内側にある象牙質は痛みを感じます。普段はエナメル質に覆われている象牙質が露出すると、何らかの刺激で痛みを感じやすくなる場合があります。知覚過敏を引き起こす原因としては、次のような原因が考えられます。

①歯の実質的なダメージ
歯がしりや食いしぼり、歯磨

はらぐち歯科医院院長

（長崎かき道2丁目）

回答者
はらぐち 原口 陽子



歯を磨くと痛む

知覚過敏の疑い 歯科受診を

き時の力の強さなどにより、エナメル質が剥がれたり、亀裂が入ったり、歯の根の辺りにくさび状の欠損ができたりますことにより、象牙質に刺激が加わり痛みを感じやすくなります。

②歯肉退縮

歯肉が健康な場合、歯の根は歯肉に覆われ刺激から守られています。しかし、前述した歯ぐきしりなどのほか、加齢や歯周病でも歯肉が下がってしまい、歯の根が露出すると痛みを感じるようになります。

治療法としては、▽しみ止め
の薬を塗る▽歯の根の辺りにくさび状の欠損があるときは詰め物をしてふさぐ▽歯ぐきしり、食いしぼりがあるときは、マウスピースをつけて歯を守る▽痛みが強く、日常生活に支障が出ている場合は歯の神経（歯髄）を取る一などがあります。日常的にできる予防法・対策としては、毎日の歯磨きの時に力を入れすぎないことや、知覚過敏対策の歯磨き粉を使用することなどがありません。

また、自分では穴が開いていないように感じていても、歯と歯の間の見えない所にむし歯がある場合もあります。まずはかかりつけの歯科医院を受診する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、〒852-8601、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。