



待ちモード NO. 8

2000. 7. 19

< 歯周疾患 Part2 歯周病の原因 >

歯周病とはどんな病気だったか覚えていますか？

歯周病は、歯肉炎からはじまり症状が悪化すると歯周炎に移行します。治療しないでほっておくと歯を支えている骨が溶け、歯がグラグラになり、抜けてしまう恐ろしい病気です。今回は、その原因を詳しく説明しましょう。

歯周病は、歯の汚れであるプラーク（歯垢）が最大の原因であると言われてい

ます。プラーク中には、1 mg中に1億個以上の細菌が存在し、そのうち約25%が生きている細菌です。これらの細菌が産生する物質（酸、毒素、他）によって歯肉に炎症が起こります。プラークは、時間が経つと石灰化して歯石となり、歯面に強く付着します。そして歯石は、歯肉を刺激し、炎症を悪化させていきます。

歯周病の発症と原因は、1. プラークを構成している細菌の量と質
2. 自分自身の体の抵抗力、治癒力のバランス

これらのことにより個人個人違います。しかし、プラークや歯石の量が多いと歯周病になる確率は高くなるとされているので、プラークの量は少ないほうが、歯周病になる危険は少ないといえます。

歯周病の原因は以下のような事もあります。

加工食品や軟らかい食物、砂糖の多い食物の摂取

プラークを増加させるので、食生活を変え、自然からとれる食べ物を生に近い形でよく噛んで食べると、唾液に洗われきれいになり顎の骨もきたえられます。

適合の悪い金属や、充填物、入れ歯

隙間にプラークがたまりやすいので、適合の悪い金属は修正し、ブラッシングしやすい状態にしましょう。

歯並びや、噛み合せが悪い

プラークの除去を困難にします。

歯ぎしりや、強い噛みしめ

歯や歯ぐきがダメージを受け、プラークがたまっている状態では、歯周病が急速に進行します。

喫煙

細菌に対する抵抗力を弱めてしまいます。



他にも、全身的疾患や、ストレス、過労等があります。このようなことから、歯周病が生活習慣病であるということがわかります。

健康は、お口から。

気になることがありましたら、お気軽にスタッフまでご相談下さい。

鈴木歯科

