

「冷たいものを食べた時、歯がしみませんか？」
気になっていました！知覚過敏

「歯医者さんからのワンポイントアドバイス」



武蔵先生

エー・クラス編集部：「暑い季節になってきましたね。この時期、冷たいビールやかき氷などを食べる機会が多いのですが、キーンと『歯がしみる』ことがあるんです。虫歯なのか心配です。」

山岡：「なるほど。虫歯の可能性もありますが、『知覚過敏』ということも考えられますね。」

柏木：「そうですね。テレビのコマーシャルなどでも出てきますが、虫歯でもないのに歯がしみるような症状が出ます。」

武蔵：「ひどくなると、秋や冬の冷たい空気で呼吸しただけでも、しみるような症状が続くこともありますよ。」

山岡：「さまざまな原因があるのですが、最近は特にこのような症状を訴えて来院される患者さんが多くなっていますね。」

エー・クラス編集部：「具体的に知覚過敏とは、どのような状態を言うのですか？」

武蔵：「知覚過敏は、過度な歯みがきで、歯の根元のエナメル質が削れた場合の他に、歯ぎしりや強い力で嘔むことによ



柏木先生

り、噛み合わせの面がすり減った場合、そして、酢や清涼飲料水の過剰摂取により、歯の表面が溶けた場合などに起こるとされています。」

柏木：「いずれも、歯を守るエナメル質が少なくなる、あるいは無くなることにより、象牙質が露出して、そこに外からの刺激が加わるとしみるといった症状が現れます。」

山岡：「象牙質には、無数の穴（象牙細管）が開いていて、歯の神経と呼ばれる歯髓までつながっています。冷たいものや温かいもの、甘いものなどを摂取したり、歯ブラシなどで磨いたりすると、直接歯髓に刺激が伝わります。」

エー・クラス編集部：「では、知覚過敏に対する治療はどのようなものがあるのでしょうか？」

山岡：「はい、まずは自然の治癒力がうまく発揮されるように、生活習慣の見直しを図ります。具体的には、歯ぐきや歯の検査、ブラッシングの強さ、使用している歯ブラシ、かみ合わせの審査などが挙げられます。」

柏木：「それでも症状が治まらない場合は、コーティング剤を歯に塗ったり、詰



山岡先生

め物をしたりして、象牙細管の入り口を塞いで刺激を防ぎます。ご自宅では知覚過敏用の歯磨き粉を使っていたかどうかもあります。」

武蔵：「通常の知覚過敏であれば、そうした処置で症状は改善するのですが、まれに炎症が進行している場合があります。このような重度のケースでは、残念ながら神経を取らなければ痛みは止まりません。」

山岡：「そうならないためにも、虫歯との識別も含め、早期発見が重要です。冷たいものを食べた時に、歯がしみるのが気になるようでしたら、お近くの歯科医院でのご相談をおすすめします。」

エー・クラス編集部：「なるほど。暑い夏に冷たいビールやアイス、かき氷などを楽しむことが出来なかったら、困ってしまいますよね。生活習慣に気を付けながら、歯を大切にしていきたいと思えます。3人の先生方、ありがとうございます！」

Dental Doctors Profile

▶山岡 薫

CLOVER DENTAL院長。
 (CLOVER DENTAL) 秋田市千秋矢留町6-30 トーカンマンション千秋鷹匠橋1F
 ☎018-836-0968 🌐http://www.cloverdental.com/

▶武蔵 哲貞

医療法人 哲風会理事長。
 (むさしデンタルオフィス) 秋田市保戸野通町4-8 1F ☎018-853-8214
 🌐http://www.musashi-dent.jp/
 (ちづ歯科クリニック) 南秋田郡八郎潟町川崎字屋寝233-1 ☎018-875-2801
 🌐http://www.chizu-shika.com/

▶柏木 了

柏木歯科副院長。
 (柏木歯科) 秋田市広面土手下41-1 ☎018-832-9162
 🌐http://www.kashiwagi-dental.com/

知覚過敏とは…

エナメル質
 象牙質
 象牙細管
 歯肉
 歯髓
 セメント質

不適切なブラッシングや歯周病などで、歯ぐきが下がると、象牙質がむき出しになります。この状態で冷たいものや歯ブラシの刺激が伝わると短く鋭い痛みを感じる場合があります。