

# むさしデンタルオフィス通信

2011. 3. Vol.43

みなさんこんにちは。歯科衛生士の石川です。

立春が過ぎ、ようやく雪が解け始め、日に日に暖かくなってきましたが、緩んだ雪に車が立ち往生することもたびたびで、春が待ち遠しい今日この頃です。

## タバコと歯周病

たばこ税が値上がりをしてから4ヶ月以上経過しましたが、増税を機に禁煙を決意された方も多いかと思えます。そこで今回はタバコと歯周病の関連について。

歯周病とは、歯と歯肉の境目に付いた歯垢(プラーク)の中の細菌によって歯肉が炎症を起こし、歯を支えている骨が破壊されていく病気で、基本的に細菌による感染症です。この歯周病を予防するには、歯ブラシ等を使って機械的に歯垢を取り除くプラークコントロールが最も有効的とされています。ところがこのプラーク以外に重大なりスクファクター(危険因子)としてタバコの存在があげられるようになってきました。

一般にタバコを吸う人は、吸わない人に比べ3倍も歯周病にかかりやすく、また2倍の速さで歯を失っているという報告があります。

タバコに含まれるニコチンは血管を収縮させる作用があるため、歯肉が炎症を起こしても出血が抑えられ、気付かないうちに歯周病が進行してしまうことが多いのです。さらにニコチンは歯根面を覆っているセメント質と結合する性質があるため歯周病治療をしても非常に治りにくいのです。



また白血球や線維芽細胞(歯肉を作る細胞)の機能を低下させてしまいます。

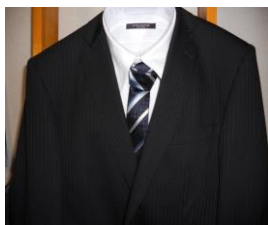
歯周病以外にも、タバコのヤニで歯が汚れるだけでなく、メラニンが沈着して歯肉が黒くなり線維性のゴツゴツした歯肉になります。また舌の表面の細かい突起部分に舌苔(歯垢と同じ細菌の塊)にまみれてヤニが沈着し口臭を発生します。さらに味覚を感じる器官が鈍くなり、味付けの濃い食事に偏り、高血圧等の生活習慣病の原因にもなります。

タバコをやめたら歯周病が自然に治るということはありません。しかし、タバコをやめ、正しいプラークコントロールを行い適切な歯科治療を施すことで歯周病を大幅に改善させることが可能です。



# 卒業

高校3年生の息子の最後の通知表が送られてきました。中には「祝・卒業！」の文字がありました。ハラハラドキドキした高校入試から早3年。今年は大学受験にハラハラドキドキさせられています。



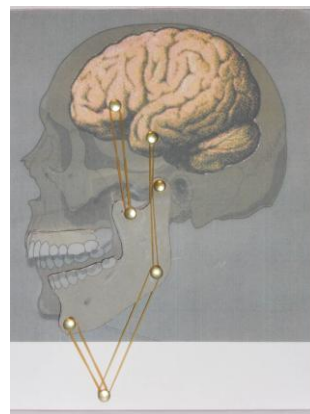
卒業式にむけてスーツを買いに行き、今までの学生服姿とは違う大人っぽい姿を見てちょっぴり目頭が熱くなりました。これからまだまだ苦難があるとは思いますが、自分の夢に向かって進んでいく息子を陰ながら応援していこうと思います。

# 歯科講話

2月23日に五城目町の馬場目小学校で歯科講話を行いました。全校児童21名とその保護者を対象に「噛む事の大切さそしゃくについて」の講話です。低学年の子供達には少し難しいかなあと思われましたが、子供たちはものすごく反応が良く質問もあり、院長の講話も盛り上がりました。

チーズを使った噛んだ時とそのまま飲み込んだ時との味の違いを比べる実験や、顎の筋肉の状態を理解してもらうために準備した模型造りには一生懸命取り組んでくれてあつという間の時間でした。

最近の子供たちは食事が軟らかいものになってきていることもあり、あまりよく噛まなくなってきましたが、この講話を聞いて馬場目小学校のみんながよく噛むことを少しでも意識してくれることを期待したいです。



2011/3						
日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

2011/4						
日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

3月、4月の休診日です。赤字は休診日となります

むさしデンタルオフィス  
秋田市保戸野通町 4-8 1F  
TEL : 018-853-8214  
フリーアクセス : 0800-800-8461  
<http://www.musashi-dent.jp>