

# 哲風会通信

2016. 1 Vol. 49

## A Happy New Year

あけましておめでとうございます。

去年はラグビーのワールドカップやサッカーのワールドカップそしてフィギュアスケートなどスポーツで熱狂した方が多かったのではないのでしょうか？今年はどうなるのか楽しみです！



## 歯ぐきの痛み

皆さん一度は歯ぐきに違和感や痛みを感じたことがあるのではないのでしょうか？歯ぐきの痛みは疲れている時や体調が悪い時に出やすく、身体の変化を敏感に感じる所でもあります。歯ぐきの痛みには原因がいくつかあります。

### 1. 歯周病

歯周病によって歯の周りの骨が溶かされて、歯と歯ぐきの間に膿が溜まり、歯ぐきが腫れて痛みます。大きく歯ぐきが腫れている時は切開をして膿を出すことで落ち着きますが、その後治療（歯石除去や場合によっては外科的な処置）を行い、悪化しないように定期的なメンテナンスが大変重要になります。



### 2. 根尖病巣

むし歯が深くなり神経が死んでしまったり、根の治療が不十分な場合に歯の根の先に膿が溜まることによって歯ぐきが腫れて痛みが出ます。もう一度根の治療をする事で痛みは落ち着きますが、場合によっては歯を抜かないといけなくなることもあります。



### 3. 食片圧入

虫歯などで穴が開いていたり、ブリッジの隙間や歯と歯の間などに食べカスが詰まることによって歯ぐきを圧迫して痛みが起こります。虫歯は治療することで食べカスが入らなくなります。ブリッジの隙間や歯の間にはデンタルフロスや歯間ブラシなどを使ってこまめに食べカスを取るようにしましょう。

### 4. 口内炎や火傷

ウィルスや鉄分・ビタミン不足、ストレス、睡眠不足などいろいろな原因で歯ぐきに口内炎ができます。お口の中は細菌が常にいる所なので治りにくく、痛みが続く場合が多いです。また、上あごによくあるのが火傷です。全体的に赤くなったり、ただれてしまうこともあります。これらは、お薬を塗ったり、レーザーを当てることで落ち着いてきます。

## 5. 擦過症

歯ぐきは粘膜なので歯ブラシで磨きすぎると傷がつき痛みが出ます。この傷にお口の中の細菌が感染すると口内炎のようになって痛みが強くなったり、歯ぐきが下がってしまうこともあります。痛みが強いときは口内炎のお薬を塗って、唾液を遮断するようにすると比較的早く痛みが取れます。正しい圧のブラッシングを行い歯ぐきに傷がつかないようにしましょう。



## 6. 親知らず

親知らずは横や斜めに生えることが多く、親知らずの周りに被っている歯ぐきの中に細菌が溜り、腫れや痛みが出ます。また、腫れて歯ぐきが盛り上がると、噛み合う親知らず刺激され、より痛みが強くなります。噛み合わせに関係していないようであれば早期に抜歯をしたほうがいいです。抜歯をすることによって親知らずの前の歯に悪い影響が及ぶのが抑えられます。



いかがでしょうか。歯ぐきの痛みといっても様々な原因があります。原因によっては痛みままにしていると歯を失ってしまう可能性もありますので、歯科医師、スタッフにご相談ください。

## 今月の担当

むさしデンタルオフィスの薄田です。

2016年になりました。去年は体調を崩すことが多く体力も落ちてきたので、今年は体力作りのためにジムにも通ってみたいと思います！三日坊主にならないように頑張ります！！



医療法人 哲風会  
むさしデンタルオフィス

〒010 - 0912  
秋田市保戸野通町4 - 8  
TEL:018-853-8214  
フリーアクセス:0800-800-8461

医療法人 哲風会  
ちづ歯科クリニック

〒018 - 1605  
南秋田郡八郎潟町川崎字昼寝  
233 - 1  
TEL:018-875-2801