

哲風会通信

2024.1 Vol. 144

明けましておめでとうございます。
昨年は豪雨被害、熊による人身被害など、全国ニュースで秋田が取り上げられることが多い年でした。
今年は幸せて楽しいことで、秋田が取り上げられるような良い年になれたらいいですね。

喫煙と歯周病の関係性



喫煙が健康に悪影響を及ぼすのは広く知られていますが、実は口の中にも悪影響を及ぼすことを知っていますか！？
体は気を付けても、口の中までは・・・という方も多いのではないのでしょうか。
今回は喫煙と歯周病について取り上げたいと思います。

喫煙は歯周病リスクを↑

タバコの煙には数千もの化学物質が含まれており、そのうちニコチンや発がん性物質など有害物質は200～300ともいわれています。
喫煙者は、口臭やヤニがついて不衛生になるだけでなく、歯周病(歯槽膿漏)にかかりやすく、ひどくなりやすいので、治療しても治りにくいことが解かっています。
ある統計データによると歯周病にかかる危険は、1日に10本以上喫煙すると5.4倍、10年以上吸っていると4.3倍に上昇し、重症化しやすくなります。



今月の通信担当

ちづ歯科クリニックの藤井です。冬といえば雪かき！！
毎年のように財布の中にとらめっこしながら除雪機を検討。
しかし、いつまでも実現することなく、今年も人力作業です。
ダイエットの為に自身にムチを打ち、雪かきを頑張ろうと思います。

タバコが口の中に与える影響

タバコを吸っていると歯肉の腫れや出血が見た目以上に抑えられ、患者さん自身が歯周病に気が付きにくくなります。
なぜこのような事が起こるのでしょうか。
タバコの煙に含まれる「一酸化炭素」は、組織への酸素供給を妨げ、「ニコチン」は、一種の神経毒として、血管を縮ませるので、体や歯肉が酸欠、栄養不足状態になるからです。「ニコチン」は、体を守る免疫の機能も狂わせるので病気に対する抵抗力が落ちたり、アレルギーが出やすくなります。更に傷を治そうと組織を作ってくれる細胞(繊維芽細胞)の働きまで抑えてしまいます。いわゆる傷の治りが悪い、回復が遅いという状態になってしまうのです。
また「ヤニ」という形で歯の表面に残っているので、歯がザラザラして細菌が張り付きやすくなり、いつまでも口の中や歯肉にニコチンが染み出し続ける事になるのです。

どうしたらいいの?!?!

禁煙することで歯周病のかかりやすさは、約4割減り危険性も下がると言われています。
禁煙が一番の治療法なのですが「嗜好品なので止めるのは難しい...」という方もいると思います。
そんな方も少し本数を減らしてみたり、定期健診でこまめにヤニや歯石を取り、清潔な状態をキープできるようにするといいいでしょう。
喫煙の有無に関わらず、着色や歯石、口の中でお悩みのある方は遠慮なく御相談下さい。



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