

歯周病ってどんな病気？

「^{ししゅうびょう}歯周病」は、歯ぐき（歯肉）に炎症が起きたり、歯を支える骨などの組織（歯周組織）が破壊されたりする病気です。その原因となるのは「プラーク（^{しこう}歯垢）」と呼ばれる細菌の塊で、これが歯と歯肉の間に定着することによって引き起こされます。

歯周病は大きく分けて、歯肉のみに炎症がある「^{しにくえん}歯肉炎」と、歯肉炎が進行し歯周組織まで炎症が進んだ「^{ししゅうえん}歯周炎」とに分けられます。

* 歯周病の進行

<p>①健康な歯肉</p>  <p>溝 歯と歯肉の間の溝の深さは1~2mm。歯肉の色はうすいピンク色で出血などは見られない。</p>	<p>②歯肉炎</p>  <p>溝にたまったプラーク中の細菌と白血球が激しく戦い、歯肉に炎症を起こしている状態。歯みがきなどの刺激で出血しやすいが、ていねいな歯みがきを続けることで症状を改善することができる。</p>
<p>③歯周炎(軽度~中等度)</p>  <p>プラーク中の細菌が出す毒素に白血球が負けてしまった状態。溝はさらに深い『ポケット』となり、歯を支える骨の破壊が始まる。歯のぐらつきや口臭を感じることもある。</p>	<p>③歯周炎(重度)</p>  <p>歯と歯肉の間のポケットの深さは10mm以上。歯を支える骨の多くが破壊され、歯のぐらつきがひどくなり、かむことができない。最終的には歯が抜け落ちてしまう。</p>

* 歯周病の治療

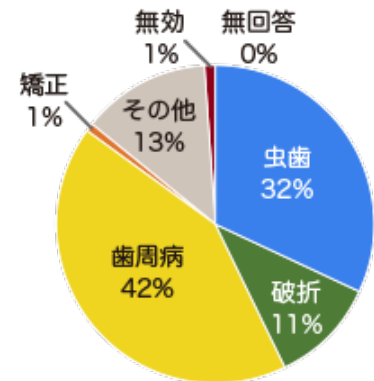
最も重要なのは、歯周病の原因であるプラーク（^{しこう}歯垢）を減らすための「プラークコントロール」です。基本となるプラークコントロールは、適切な歯みがき（ブラッシング）の実施で、どんな治療を行なう場合にもかかせません。歯科医師や歯科衛生士から正しいブラッシング方法の指導を受けて実施しましょう。

歯みがきだけでは取りきれないプラークや歯石は、専用の器具で取り除きます。歯周病の進行状態に合わせて治療にかかる回数や方法が異なりますので、歯科医師から説明を受けるようにしてください。

* 歯周病とからだの病気

歯周病は歯を失う大きな原因のひとつです（右図参照）。歯は、食べ物が最初に出会う「消化器」ともいえる器官なので、歯周病で歯を失うとからだ全体に大きな影響を及ぼします。

また、歯周病は全身の様々な病気とも大きく関わっていることがわかってきています。



《抜歯の主要原因：厚生労働省調べ》



【動脈硬化】

血管が厚く硬くなり血管の内側が狭まる病気。こうした血管に歯周病菌が付着すると、狭める作用が促進される。

【心臓病】

心臓の筋肉に栄養を送る冠動脈が動脈硬化を起こすと、狭心症や心筋梗塞が発症する。

【呼吸器疾患】

歯周病菌をはじめとする口の中の細菌が気管に入り込み、肺炎を起こす。

【早産・低体重児出産】

歯周病の炎症により発生する物質が胎盤に影響し、胎児の栄養不良や子宮収縮の原因となる。

【糖尿病】

歯周病により発生する炎症性サイトカイン(TNF- α)がインスリンの働きを阻害し、血糖値のコントロールを妨げて、糖尿病の状態を悪化させる。

* 大切な歯を失わないために

歯周病は、進行した状態になるまではっきりした自覚症状を感じる事が少ないため、重症化してからの受診となる場合が多く、歯を失う大きな原因の一つとなっています。8020達成をめざすためには歯周病を早期に発見し、治療を受けることが重要です。

定期的に歯科検診を受診し、歯周病の早期発見・早期治療につなげましょう。