

命に係わる怖い病気！「歯周病」Q&A

★歯周病ってどんな病気なの？

歯の周りにある歯周組織が、プラーク（歯垢）の中にある歯周病菌に感染することで、歯肉（歯ぐき）や歯槽骨（骨）など歯を支える歯周組織が炎症し、破壊されていく病気です。私たちが歯を失う原因として最も多いのは、むし歯ではなく歯周病です。歯科医院で歯と歯茎の間のポケットの深さを測りますが、3ミリで要注意、4ミリ以上は歯周病です。

★歯周病は全身のどんな病気と関係がありますか？

狭心症・心筋梗塞、心内膜症、糖尿病、低体重児・早産、認知症、動脈硬化、ガン、肺炎、肥満、骨粗しょう症など、全身の様々な疾患とかかわりがあります。

★歯周病って治るの？

歯周病は、進行は止められますが、治すのは簡単ではありません。特に、歯周病が進行して歯を支える歯槽骨が溶けてしまうと、やがて歯がぐらぐらして抜けてしまいます。治療法には、外科手術や内科的な治療などが開発されています。メンブレンという非浸透膜などを使って歯槽骨を再生する治療も開発されましたが、時間がかかるうえに成功率が高くないのが現状です。

★歯周病にかかっているか心配！調べるチェックポイントは？

歯周病はサイレント・ディーズ（静かな病気）と呼ばれるほど、自覚するのが難しい病気です。症状に気づいてからでは手遅れになっていることがほとんどです。

自分が歯周病かどうかの可能性をチェックするには、以下の6つの項目をチェックしましょう。

1. 歯磨きをすると歯茎から血が出る
2. 口臭を人から指摘されたり、自分で気になることがある
3. 歯茎の色が悪くなった
4. ぐらぐらする歯がある
5. 歯と歯の間にモノがつまりやすくなった
6. タバコを吸う



★歯周病の予防ってどうするの？

歯周病の予防には、原因となるプラークを調節、管理するプラークコントロールが重要です！プラークは食事のたびに付着するので、食後丁寧に歯を磨く、規則正しい生活をする、虫歯や歯石を放置しない、など、歯周病にかかりにくい生活を送りましょう。また、年に3度は歯科医院でプロの手で予防処置を受けましょう。

