

(第3種郵便物認可)



おだしか健康レポート

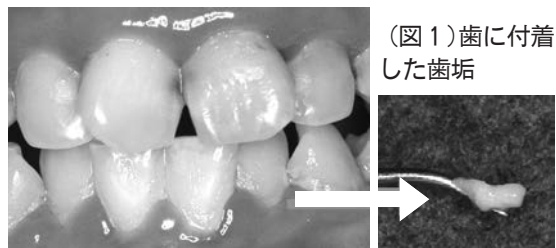
ODASHIKA HEALTH REPORT

— 7 —

1 歯肉炎

前回、歯周炎は歯肉の炎症に加え歯周組織を破壊する病気と説明しました。歯肉炎のすべてが歯周組織を破壊するものではありませんが、歯周炎は必ず歯肉炎を伴います。

歯肉の炎症は様々な原因で起こりますが、歯周炎につながる歯肉炎の原因は歯垢 (Dental plaque) (図1) になります。「むし歯のななし」で説明して



(図1) 歯に付着した歯垢

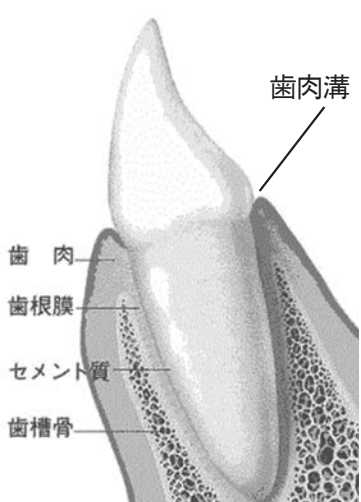
歯周病ってどんな病気だろう ②

ですが、むし歯の原因も歯垢になるので、歯科疾患の原因は歯垢に集約されます。歯垢が歯に付着し、およそ24〜48時間経過すると歯中の細菌が活発に活動することで毒性のある代謝産物等により病原性が出てきます。歯と歯肉が接する歯肉溝 (図2) と呼ばれる部分に歯垢が侵入し、病原性がある細菌に反応して炎症を起こします。歯周病に関わる細菌等は空気を嫌う (嫌気性) ものが多く、空気の通にくい歯肉溝は活発に増殖しやすい場所になります。



あざい・よしみつ
1967年生まれ、小田原市出身。日本歯科大学歯学部卒業。

炎症と聞くと悪いものと短絡的に考えますが、炎症の本質は免疫反応であり、人体にとって重要な反応になります。免疫反応で重要な役割を担う血液が集まることで腫れます。炎症は、組織の破壊を招くと同時に破壊された組織の修復をする反応です。身体への害を治そうという良い反応になります。



(図2) 歯肉溝の位置 (日本歯科医師会提供改編)

2 歯肉炎の治療

それでは、歯肉炎をどのように治すのでしょうか。世の中には、歯周病に効くと謳った物が数多くあります。本当に効果があればそれらを使えば十分です。しかし、むし歯予防の段で歯垢は、物理的な清掃であるブラッシングが必要であることとを述べています。むし歯は歯面に付着した歯垢がターゲットですが、歯肉炎は歯肉溝がターゲットになります。

ここで注意するのが、歯垢や細菌をなくすことを目標にしてもあまり意味はありません。なぜならば、たとえ歯垢や細菌をゼロにしても、直後速やかに付着し増殖していくか

らです。要は歯肉炎が治るレベルでのブラッシングが必要であり十分なのですが、個人差が大きいものになります。歯垢の量や病原性に対してむし歯や歯肉炎の予防や治療に効果

がある程度に抑えれば良いものになります。適切な日本語がありませんが、plaque control ※歯垢を管理するという考え方が必要になります。

3 歯肉炎治療の難しさ

文字で現すと簡単に見える歯肉炎の治療ですが、この段階で治療されることはそう多くありません。その原因はいくつかあります。まず、炎症としては軽いものになり、ほとんど症状がないことが挙げられます。そのため一般に病気という認識がないものになります。

次に、診療所で専門職の処置により歯肉炎を完治させるならばほぼ毎日通院する必要があります。現実的な話ではなくなり、そのような方法では、莫大なコストがかかるうえ通院をやめると直ちに再発を招きます。すなわち、歯肉炎の治療は自らのブラッシングで行うものであり、歯周病を理解し自分でやっていく難しさがあります。

また、歯肉溝を目で確かめることも難しく、行っているブラッシングに効果があるかどうかを判断する難しさがあります。

現時点で、歯肉炎の有無、どの程度のブラッシングが必要なのかは受診しないと分から

ポイント

- 歯肉炎の原因は歯垢
- 歯肉炎の治療は自分で行うプラーク(ブラック)コントロール
- ブラッシングは習うもの

ないものであり、習いトレニングする必要があり、日本では、プラークコントロールと表記されることが多いですが、英語圏ではブラックと発音されるため通じない場合があります。

小田原歯科医師会事務局

TEL. 0465(49) 1311
FAX. 0465(49) 1551

〒250-0875 小田原市南鴨宮2-27-19
一般社団法人小田原歯科医師会は、小田原市、箱根町、真鶴町、湯河原町の歯科医師会会員で構成されています。このホームページでは、一般社団法人小田原歯科医師会が主催、後援または協力している事業とそれに関する情報やお知らせを紹介しています。

<https://odawara-dent.or.jp/>

小田原歯科医師会 検索

歯と口腔に関わるご相談
往診・歯科訪問診療のご相談は

一般社団法人小田原歯科医師会
地域支援歯科連携室
まで

TEL/FAX 0465(49) 1319
月～金
9:00～12:00 13:00～17:00