

平成 21 年 3 月 発行

前回 2 号の新聞を発行させていただきました。そこで少し取り上げた、たばこと歯周病の関連について特集してみようと思います。

## 喫煙は歯周病の最大のリスクファクター

タバコを吸うと  
歯が抜ける？

「タバコを吸うと歯が抜ける？」・・・本当です。

喫煙は歯周病にかかる危険性を高めるとともに、すでに歯周病にかかっている人ではその症状を悪化させます。原因は、歯肉や粘膜、肺などから吸収されるニコチン、それが体内で変化しコチニン、そして一酸化炭素(CO)などの有害物質です。それらが歯周病とたたかう免疫力の正常な機能を奪ったり、傷をすみやかに治そうとする細胞の働きに《待った》をかけるのです。

喫煙による歯周病の悪化の傾向は、1日に吸うタバコの本数や、これまで何年間喫煙していたかに比例します。若いころから長い間タバコを吸っているヘビースモーカーの方は要注意です。

しかし意外な事に、喫煙者では歯肉の発赤や腫れなどの炎症の症状が、ニコチンなどの血管を縮める作用によってあまり強く現れてこないのが、悪くなっていることに気づきにくい特徴があります。治療が手遅れになり歯を失うこともあるかもしれません。

さらにタバコを吸っている人は歯科の治療をうけても歯肉や粘膜の傷の治りが悪く、歯科医師が期待したように治ってくれません。喫煙者の方は、治療が長引いたり、再治療を受けなくてはならなくなったりと歯科医に通う回数や期間が増えてしまうことになります。

このように、喫煙によって口の中でさまざまな悪い出来事の連鎖が生じ、歯周病を悪化させて歯が抜けていくことになります。私たちが健康な状態で長生きし、出来るだけ多くの歯を維持して質の高い生活を送る為には、断然「禁煙」が必要なのです。

タバコを吸うと歯が抜ける

ニコチン  
一酸化炭素 (CO) など

タバコは、歯周病にかかる危険性を高めます  
タバコは、歯周病を悪化させます  
タバコは、歯周病を気づきにくくします  
タバコは、歯周病をなおりにくくします

タバコを吸うと、歯周病で歯を失うことになります

タバコを吸っている人の歯周病

### タバコが口のなかに及ぼすさまざまな害

タバコと関係がある口のなかの病気の代表例は、歯周病、そして歯肉、舌、頬粘膜のがんですが、その他にも喫煙はさまざまな影響を口のなかに及ぼします。



喫煙は歯に色素沈着を促します。一昔前の「歯の裏黒」 というフレーズは、まさにこのことで、いわゆる「ヤニ」とよばれる煙の中の成分のタールなどが歯面に沈着するためです。これは歯ブラシなどではきれいにすることができず、歯の表面をざらざらにし、プラークをたまりやすくします

タバコを吸っていると、スモーカーズメラノシスといわれる歯肉の色の黒ずみが出てきます。美容の大敵です

白板症は口の中の粘膜などが角化異常をおこして白くなる病気で、タバコが原因のひとつと考えられています。喫煙を続けると、白板症ががんに変化する可能性が高まりますので要注意です



### ● タバコと歯周病が関連する バージャー病って？ ●

バージャー病とは手足の末梢血管に閉塞と炎症をきたす疾患で、皮膚に痛みや潰瘍をおこし、ひどい場合には壊死します。バージャー病の発症や憎悪にはタバコが強く関係しているという考えから、「タバコ病」とよばれることもあります。また、バージャー病のほとんどは進行した歯周病にかかっていることから、歯周病もタバコとともにバージャー病にかかりやすい状態を作ると考えられるようになりました。

上でお話ししたように、タバコは歯周病の最大のリスクファクターです。歯周病を悪化させない為にも、バージャー病にかからないためにも、やはり『禁煙』が必要なのです。