## 歯 6 間 $\mathbb{H}$

を防ぐため「健康増進法 たばこの受動喫煙の害 有効です 病と生活習慣病の予防に

ます。改正健康増進法は、 進法の一 あったため普及が遅れま きましたが、 定を設けています。 を図るため一層厳し 望まない受動喫煙の防止 日より全面施行されてい 律が成立し、今年4月1 煙の取り組みが広がって 様々な場所での喫煙や分 が2002年に制定され そのため、 部を改正する法 努力義務で 健康増 い規 です。 となる細菌が繁殖しやす は 循環が悪化して歯茎に土 量を減少させます。 管を収縮し、 たばこの有害物質は、 や歯茎から吸収されます 喫煙の影響を受ける部分 くなると、歯周病の原因 分な酸素がいきわたらな 口は、

歯茎の血流

口の中に入ると粘膜

歯周病の病因

プラーク(歯垢)

たばこの煙や成分

体の中で最初に

は生活習慣病の共通した がわかっています。 比べて歯周病にかかりや 大きな因子となってお な歯科疾患を引き起こす 歯科においても、 禁煙を推奨していま 喫煙者は非喫煙者に 悪化しやすいこと 多分野と 禁煙 重篤 われます。 炎症が抑えられるため、 縮による血行不良により すが、喫煙者では血管収 生体防御反応のサインで がぐらぐらするようにな する毒素は歯を支える骨 くなります。 さらに進むと歯が失 炎症という正常な 進行すると歯 歯茎からの出 細菌が産牛

健康な歯肉

をすすめることは、

ともに歯科でたばこ対策

歯茎の出血や腫れが現れ

にくいことが特徴です。

予防法であり、

やすく、歯の本数の低下に 喫煙者が歯周病にかかり 査から報告されています つながることは多くの調 喫煙者は非喫煙者に比 歯周病の治療の効

ポケットを減らした場合 周病の基本治療とされて 歯みがきと歯石除去は歯 果が低いことも問題です。 禁煙すると歯茎の状態が の治療効果も同様です 分な効果が期待できませ て骨の形を良くし、 いますが、 Λ 外科的な処置によっ 喫煙者には上 歯周

たらきが高まるため、 免疫や細胞のは さい

ありません。 らかになっています。 あっても禁煙は有効であ る程度進行した歯周病で 周病のリスクが低下 禁煙の実行に るといわれていますので、 療効果が上がることが明 詳しくは、 に遅いことは かかりつけ

の歯科医院でお尋ねくだ (鶴岡地区歯科医師会)

## 明るいピンク色 硬く弾力性あり 主な危険因子 浅い溝(歯肉溝) ● 喫煙 歯ぐき(歯肉) ● 糖尿病 ● 悪い歯並び、かみ合わせ 歯根膜 ● 口呼吸 等 骨(歯槽骨) ●ストレス 歯、歯周組織の断面図 ● 薬剤の副作用 ● 女性ホルモンの変動など 歯肉炎 **※1** バコのヤニ 非喫煙者 仮性ポケット ● 暗赤色の歯肉 ● 赤い歯肉 溝が深くなり、 -ク(歯垢) ポケットができる ロール状の歯肉 ● 柔らかい歯肉 ● 歯肉の出血や腫れが ● 歯肉が腫れる 発赤した歯肉 表れにくい さわると血が出る 暗赤色で ゴツゴツした 歯肉炎の段階で適切な治療 喫煙者では治療しても健康な 歯肉 がされると健康な歯肉に回復 歯肉に回復させることは非喫 煙者よりも難しくなります します 非喫煙者 プラーク (歯垢) 歯周炎 ● 膿がでる 歯肉の炎症が表れにくいので気づかない 歯石 ● 口臭がする うちに重症になってしまう タバコのヤニ 急激に歯槽骨が溶け、歯がグラグラする ● 歯がグラグラする **%**2 ● 強い口臭がする 歯周ポケッ 歯槽骨が急速に ● 上下前歯部と上顎の奥歯の裏側のポケット 歯肉の腫れがさらに 喪失する が深い ひどくなる (膿がでる) **※1** 仮性ポケット…歯肉が腫れてできるポケット 歯槽骨の吸収が早い 歯周ポケット…歯周病が進行してできるポケ

新潟県歯科保健協会:お口の健康のために タバコと歯周病 -より転載