

喫煙と歯周病の関係

歯と口の健康週間

6月4～10日

たばこの受動喫煙の害病と生活習慣病の予防に
を防ぐため「健康増進法」が2002年に制定され
有効です。

様々な場所での喫煙や分煙の取り組みが広がって
きましたが、努力義務であつたため普及が遅れま
した。そのため、健康増進法の一部を改正する法
律が成立し、今年4月1日より全面施行されてい
ます。改正健康増進法は、望まない受動喫煙の防止
を図るため一層厳しい規定を設けています。

歯科においても、重篤な歯科疾患を引き起こす大きな因子となつており、禁煙を推奨していま
す。喫煙者は非喫煙者に比べて歯周病にかかりやす
く、悪化しやすいことがわかっています。禁煙は生活習慣病の共通した
予防法であり、多分野とともに歯科ではこの対策をすすめることは、歯周

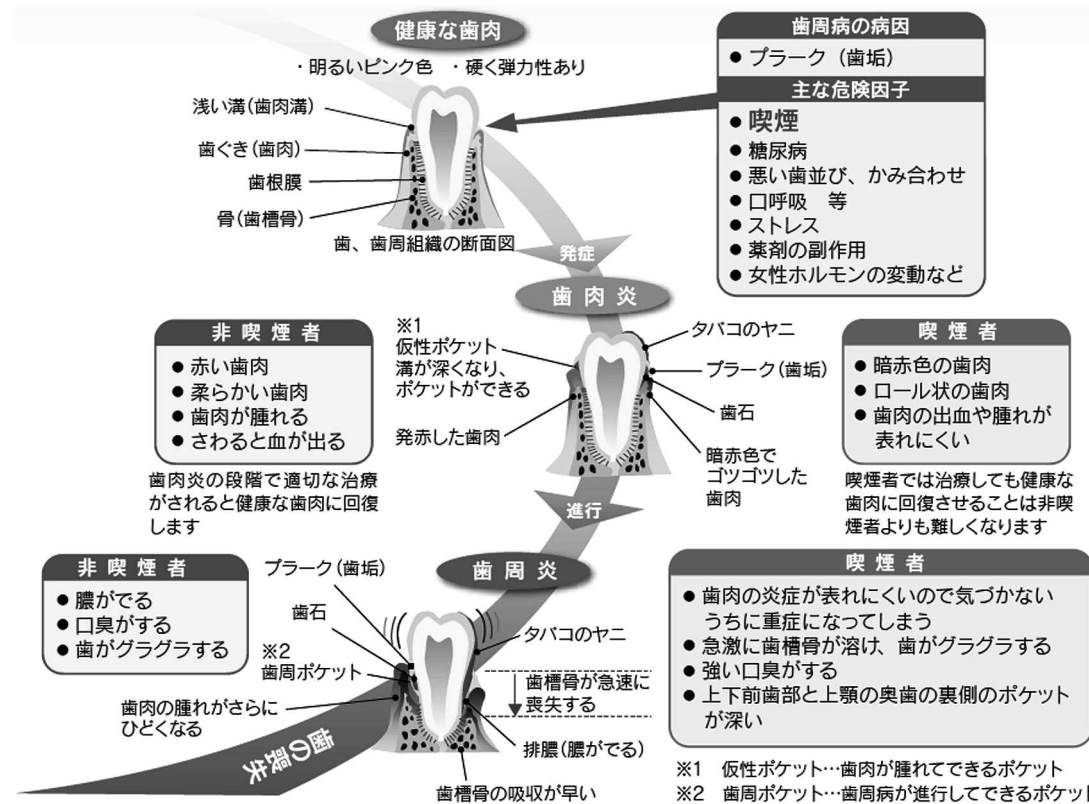
病と生活習慣病の予防に有効です。口は、体の中で最初に喫煙の影響を受ける部分です。たばこの煙や成分は、口の中に入ると粘膜や歯茎から吸収されます。たばこの有害物質は、血管を収縮し、歯茎の血流量を減少させます。血液循環が悪化して歯茎に十分な酸素がいきわたらなくなるため、歯周病の原因となる細菌が繁殖しやすくなります。細菌が産生する毒素は歯を支える骨を溶かし、進行すると歯がぐらぐらするようになり、さらに進むと歯が失われます。歯茎からの出血は、炎症という正常な生体防御反応のサインですが、喫煙者では血管収縮による血行不良により炎症が抑えられるため、歯茎の出血や腫れが現れにくいことが特徴です。

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

果が低いことも問題です。歯みがきと歯石除去は歯周病の基本治療とされていますが、喫煙者には十分な効果が期待できません。外科的な処置によって骨の形を良くし、歯周ポケットを減らした場合の治療効果も同様です。禁煙すると歯茎の状態が回復し、免疫や細胞のはたらきが高まるため、歯

周病のリスクが低下し治療効果が高まる事が明らかになっていきます。ある程度進行した歯周病であっても禁煙は有効であるといわれていますので、禁煙の実行に遅いことはありません。詳しくは、かかりつけの歯科医院でお尋ねください。

(鶴岡地区歯科医師会)



(財)新潟県歯科保健協会：お口の健康のために一タバコと歯周病一より転載