

医療法人社団友信会

新百合山手アクザワ歯科医院
C&Cデンタルオフィス

口の健康 体の健康

あけまつつおめじつんげんがいます

近年、タバコは「百害あって一利なし」と言われるように、癌をはじめとして心筋梗塞、脳卒中などにかかるリスクを高めるとされてきました。しかし、全身疾患のみならず、歯周病にも大きな影響を及ぼしているのです。では、どのように影響してくるのでしょうか。今回はタバコと歯周病の関係についてお話します。

まずタバコは、ダイオキシシンなどの発癌性物質約200種類を含め、約2000種類以上の有害物質が含まれていることをご存知でしょうか？中でも人の身体に入ってくる成分で大きな割合を占め、かつ人の身体に害をなす3つの成分があります。

- ・ニコチン↓強力な血管収縮作用と依存性
- ・タール↓一般的にヤニといわれている発癌性物質

・一酸化炭素↓酸素不足を全身に引き起こしそれを補うため赤血球の数が増え血液をドロドロ状態にし血栓が作られやすくなる

これらの成分により、お口の中は次のような状態になります。

- ① ヤニが付くことで歯面がザラザラになり、虫歯や歯周病の原因となるプラーク（歯垢）がたまりやすくなる。
- ② 歯肉に酸素や栄養を供給するのに大切な血管が収縮する。
- ③ 歯肉を修復するために必要な細胞の働きが抑制される。
- ④ 歯周病と戦う白血球の機能を低下させる。
- ⑤ 酸素が嫌いな歯周病菌にとって繁殖しやすい環境を作ってしまう。

今あげた例をみると、タバコを吸う人は歯周病になりやすく、歯周病が治りづらいことがわかります。また、喫煙者は吸わない人に比べて2～6倍歯周病だけでなく、味覚障害や口臭なども引き起こします。タバコを吸われる方、いまからでもお遅くありません。

一生楽しくおいしい食事をするために禁煙を今年の目標にしてみませんか？

医療法人社団友信会 歯科衛生士 櫻井

