



# DENTAL 通信

2017.2  
青山歯科医院

## ■■タバコを吸う人の歯が危ない■■

喫煙で気になるのが健康への影響でしょう。もっとも恐れられているのは肺ガンかもしれませんが、タバコが歯や口の中へ悪影響を及ぼすことも無視できません。タバコの煙の中には数千種類もの化学物質が含まれており、そのうち約200種類ほどが有害物質、発がん性物質も約70種程度含まれていると言われています。これらの物質が口の中の粘膜から直接吸収され、口腔（こうくう）ガンや、咽頭（いんとう）ガンを引き起こす原因とも考えられています。口の中はほぼ全て粘膜に覆われており、特に舌の下部の口腔底と呼ばれる部分は粘膜が薄く、化学物質が通りやすい部分です。タバコの有害物質も吸収され、トラブルを引き起こします。また、タバコを吸うと虫歯にもかかりやすくなります。喫煙者は非喫煙者と比べて約3倍も虫歯になりやすいとされています。理由としてあげられるのは

**1.唾液の量が減り、自浄作用・再石灰化作用が落ちる…**タバコを吸うと自律神経の働きにより唾液の分泌が落ちます。唾液が減ってしまうことで、口の中の細菌を洗い流す作用（自浄作用）が弱くなり、虫歯の原因となる歯垢が溜まりやすくなります。また唾液にある初期虫歯を修復する再石灰化作用という効果も期待できなくなるため、虫歯が発生しやすくなります。

**2.ヤニに歯垢がつきやすくなる…**タバコに含まれるタール（ヤニ）はベタベタしているため歯の表面にこびり付き、歯垢がその部分にたまり虫歯の原因となります。

**3.根面カリエスが起きやすくなる…**根面カリエスとは、歯根の表面にできる虫歯のことです。タバコを吸うことで歯周病が進むと歯茎が下がり、隠れていた歯根が露出してきました。歯根は虫歯に対する抵抗性が弱いため、虫歯になりやすいのです。

**4.歯垢がベタベタした状態になる…**タバコ1本で1日に必要なビタミンCがすべて破壊されるとも言われています。ビタミンCは肌だけでなく体のさまざまな組織に必要なものです。

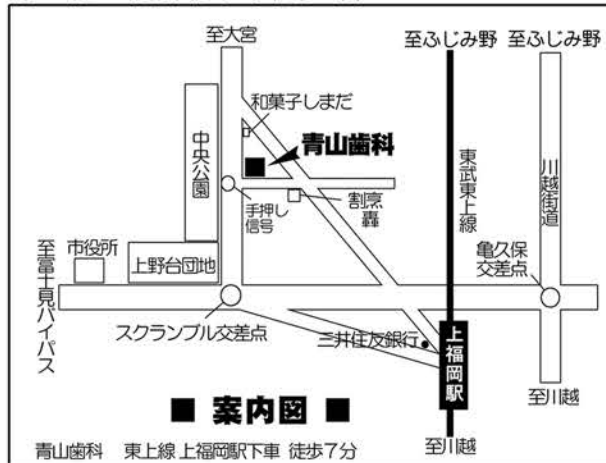
## ■ 吸う人の歯周病リスク ■

日本は先進国で一番、歯に対する意識が低いといわれています。歯周病になり一気に歯を失ったり、最悪な場合、心筋梗塞を引き起こすケースもあります。歯の病気は口腔内だけの問題では収まらないことも多いのです。たばこを吸うことでニコチンによって血管を縮ませて、体が酸欠・栄養不足状態になり、体の抵抗力が落ちると、抵抗力が落ちることで歯周病になりやすく治りにくくなります。完治しても再発しやすいため、たばこを吸わない人に比べて歯周病のリスクは5倍にもなり、しかも喫煙のせいで歯肉が腫れていたり出血していても、見た目でもわかりにくくなり、歯周病に気づきにくくなるのです。

厚生労働省によると、喫煙率は1990年に男性53%女性9.4%でしたが、2013年は男性32%女性8.2%まで下がりました。成人の2割はタバコを吸っているということですので、お体には気をつけてください。

## 青山歯科医院

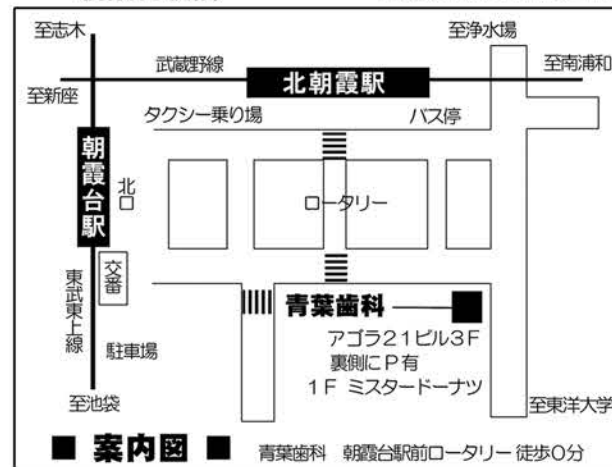
埼玉県ふじみ野市福岡中央 1-2-8  
東上線 上福岡駅下車徒歩7分 Tel 049-262-1068



■ 案内図 ■

## 青葉歯科医院

埼玉県朝霞市浜崎 1-2-10 アゴラ 21ビル 3F  
朝霞台駅前 Tel 048-474-8246



■ 案内図 ■ 青葉歯科 朝霞台駅前ロータリー 徒歩0分



❀ お子さんの虫歯ゼロを目指して !! ❀  
キッズクラブ【GOOD SMILE CLUB】始めました  
スタッフまでお気軽にご相談ください