

14-2 歯周病（ししゅうびょう）

歯を支えている歯の周囲の歯肉や歯槽骨の病気。以前は老化現象と言われていたが、現在は細菌による感染症と考えられている。複数の細菌が中心的役割を果たしている感染症である。一度破壊した歯肉や歯槽骨は多くの場合もとに戻らないため、治療は進行をいかに弱めるか、また予防に重点がおかれる。

主な症状	<ul style="list-style-type: none"> ● 初期では歯垢の付着により歯肉炎（歯肉の発赤、腫れ、出血）ポケット（盲ノウ）の形成が起こる。※積極的なケアにより短期間での回復が可能。 ● 中期ではポケットより排膿（歯肉より膿が出る）が進み口臭が出る。 ● さらに進行すると歯肉の下の歯根膜、歯槽骨が歯周病菌に溶かされ、歯がグラグラしたり、歯根が露出してくる。 ● 末期では歯槽骨がほとんど溶かされ、歯を維持できず、噛み合わせもできなくなり全身に悪影響を与える。
生活上の留意点	<ul style="list-style-type: none"> ● 歯周病を抑制するためのブラッシングでは歯間ブラシやデンタルフロスを併用し、歯と歯の間や、歯と歯肉の間の歯周ポケットを中心に、徹底したプラークコントロール（歯垢の清掃）を行うことが基本。 ● 歯磨きできない時は、よくうがいをしてできるだけ汚れを洗い流す。 ● 停滞性の高い（軟らかい粘着性）食物を避け、自浄作用のある食物繊維の多い食物を摂ることもひとつの方法。
ケアマネジメントのポイント	<ul style="list-style-type: none"> ● 歯周炎の直接的な原因はプラークだが、その形成を助長する要因として、不適合なかぶせ物や悪い歯並び、口呼吸や食片の圧入、咬合性外傷（特定の歯に過度の力がかかることによって歯を支えている組織が外傷を受けること）がある。 ● 栄養障害や骨代謝異常などが全身的な影響因子としてあげられる。 ● 全身的原因として後天的免疫不全疾患、糖尿病などの糖尿代謝異常の疾患、血友病、白血病などの血液疾患などがあげられる。 ● 薬剤の副作用として、免疫抑制剤、降圧剤、抗てんかん剤による歯肉増殖を生じることがある。 ● 上記のような様々な要因があるので、下記のような症状があれば、歯科医師に相談する。 <p>こんな症状があったら…「歯周病」かもしれません</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 歯肉が腫れた（風邪をひいたり、疲れたときに歯肉が腫れた） ② 歯が浮いた感じがする（1本の歯だけ噛むたびに強くあたる） ③ 手で押すと歯がグラグラする感じがする ④ 歯と歯の間に、よく食べ物がはさまる ⑤ 歯茎がムズかゆい感じがする ⑥ 口臭が気になる（実際に臭いがきつい） ⑦ 鏡で見ると歯が長くなった感じがする（歯肉が下がった） ⑧ 歯茎が赤く充血している ⑨ 朝起きたときに口の中が粘ついた感じで不快である