



すが や つとむ 菅谷 勉先生

1985年北海道大学歯学部卒業。北海道大学歯学部附属病院第2保存科医員、助手、講師を経て、2002年北海道大学大学院歯学研究科歯科保存学第2講座助教授。2007年北海道大学大学院歯学研究科歯周・歯内療法学教室准教授。2019年北海道大学大学院歯学研究科歯周・歯内療法学教室教授。日本歯周病学会専門医・指導医、日本歯科保存学会専門医・指導医、日本外傷歯学会指導医。

歯周病の原因

歯周病予防のため、年に1、2回は歯医者へ行って、歯垢・歯石を除去しましょう。

歯周病は全身の病気と深い関わりをもつといわれています。日本歯周病学会にご協力をいただき、歯周病についてのお話をうかがいます。第2回は「歯周病の原因」です。

歯周病の原因は多様

歯周病は、歯肉が腫れたり出血したりして、徐々に歯を支えている骨が消失していき、歯がぐらぐらになって抜けてしまう病気で、最大の原因はプラーク（歯垢）です。さらに喫煙、糖尿病などいろいろな病気や、薬の副作用、ホルモンなどが影響することや、歯並びや噛み合わせ、歯ぐきしりや食いしばりが大きな問題となることもあります。人によってどの原因がどの程度影響しているのかは様々なので、治療や予防はプラークだけ除去すれば良いというほど単純ではありません。

最大の原因はプラーク（歯垢）

◆プラーク（歯垢）とは何か？

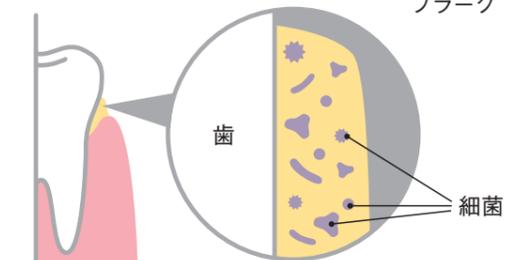
プラークは歯に付着している白いねばねばしたものです。これは食べかすではなく細菌のかたまりと考えなければなりません（図1）。ねばねばしているのは細菌が作り出した多糖類のため、多種多様な細菌がこの粘着性の多糖類の中で増殖しています。口の中のプラークに限らず、自然界に存在する細菌は1個が浮遊して生きていることはあまりなく、このような集合体として存在しておりバイオフィルムと言われています。

◆歯周病は感染症

口の中には数百種類の細菌が存在しています



プラーク



歯周病を増悪させる要因

◆タバコ

歯周病は細菌を原因とする感染症ですが、厚生労働省は生活習慣病の中に歯周病を含めています。生活習慣病とは糖尿病や高血圧など生活習慣が深く関係している病気のことですが、細菌を原因とする歯周病がなぜ生活習慣病の一つになっているのかというと、喫煙の影響が大きいからです。

◆噛み合わせの力

歯ぐきしりや食いしばりは、一本の歯に50kgの力が加わることがあり、歯を支えている骨にダメージを与え、歯周病が急速に進行することがあります。噛み合わせが悪く特定の歯に強い力が加わる場合も同様です。歯に加わる過剰な力は、骨へのダメージだけでなく歯が割れることもあります（図3）。

◆歯並び

歯並びが悪くて歯ブラシが隅々まで当たらずに磨き残しがでる場合は、その部位の歯周病が進むことを心配しなければなりません（図4）。歯が込み合っているような場合だけでなく、歯の間に大きな隙間がある場合も、意外と磨き残しがでやすいので要注意です。

◆全身疾患

タバコを吸っていると歯周病になりやすい上に、禁煙しないと歯周病の進行を止めることができな患者さんも少なくありません。喫煙者本人だけでなく受動喫煙も影響があります。

◆薬の副作用

いくつかの全身的な病気が歯周病を悪化させるのに大きく関係しています。代表的なものとしては糖尿病で、コントロールがうまくいかず血糖値が高い状態が続いていると、歯周病の治療をいくらか行っても改善しないことがあります。他にも骨粗鬆症や白血病、AIDSなどがあり、まれですがいくつかの遺伝的疾患もあります。

高血圧や狭心症の治療薬、てんかんの薬、免疫抑制剤には、副作用として歯肉の増殖（図2）が

図2 歯肉の増殖



図3



破折片



図4

込み合っている



大きな隙間



次号は「プラークについて」です。