

しそう のうろう  
**歯槽膿漏**

ししゅうびょう  
**(歯周病)**



歯周病菌が歯を支える  
骨を溶かす病気

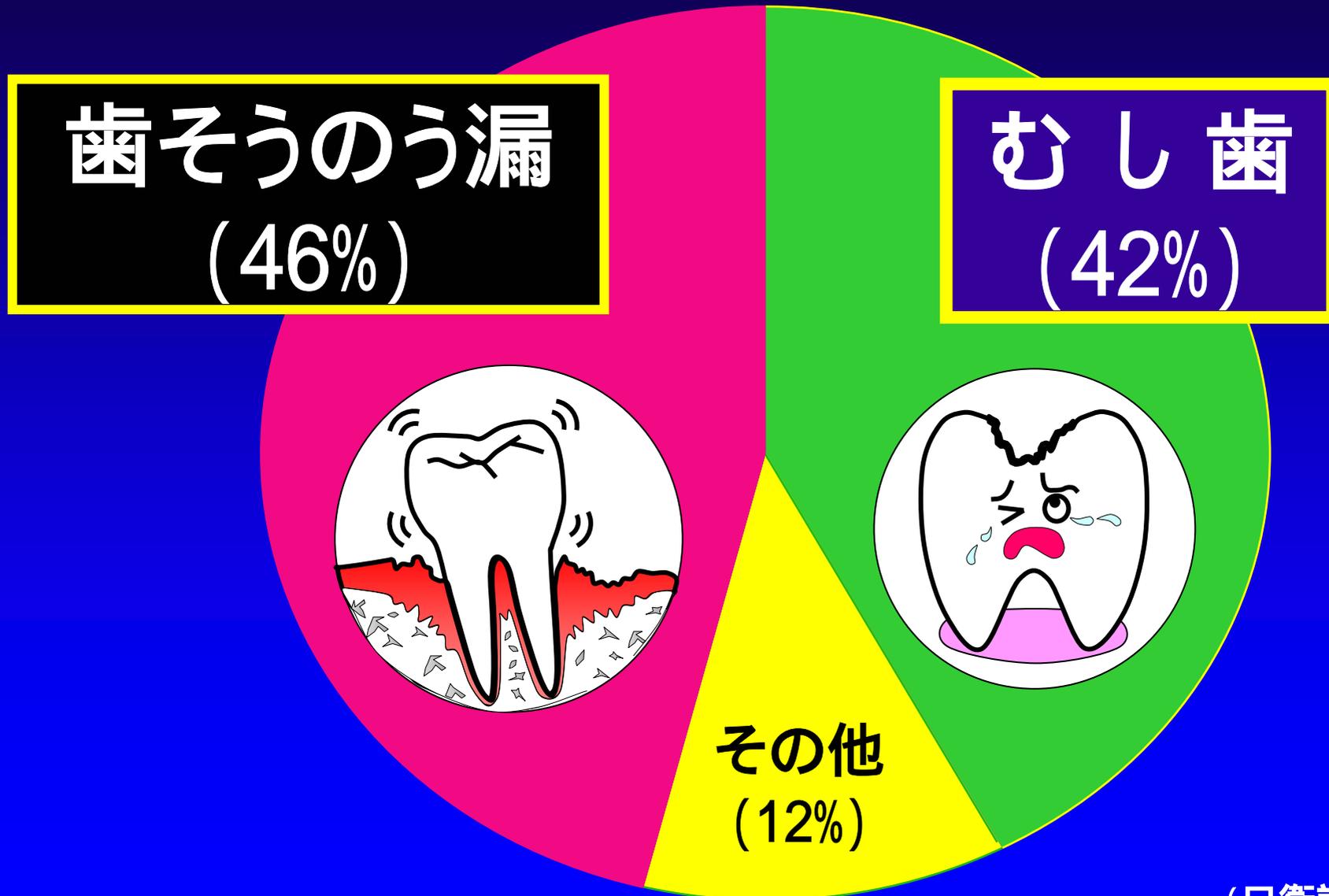
長い年月をかけて進む

多くは痛みが  
伴わずに進む

歯が抜ける理由の大半は

2つの病気が原因です。

# 歯医者さんが歯を抜く理由は？



0 20 40 60 80 100 %

まぐろの刺身  
きゅうり  
餅

イカの刺身

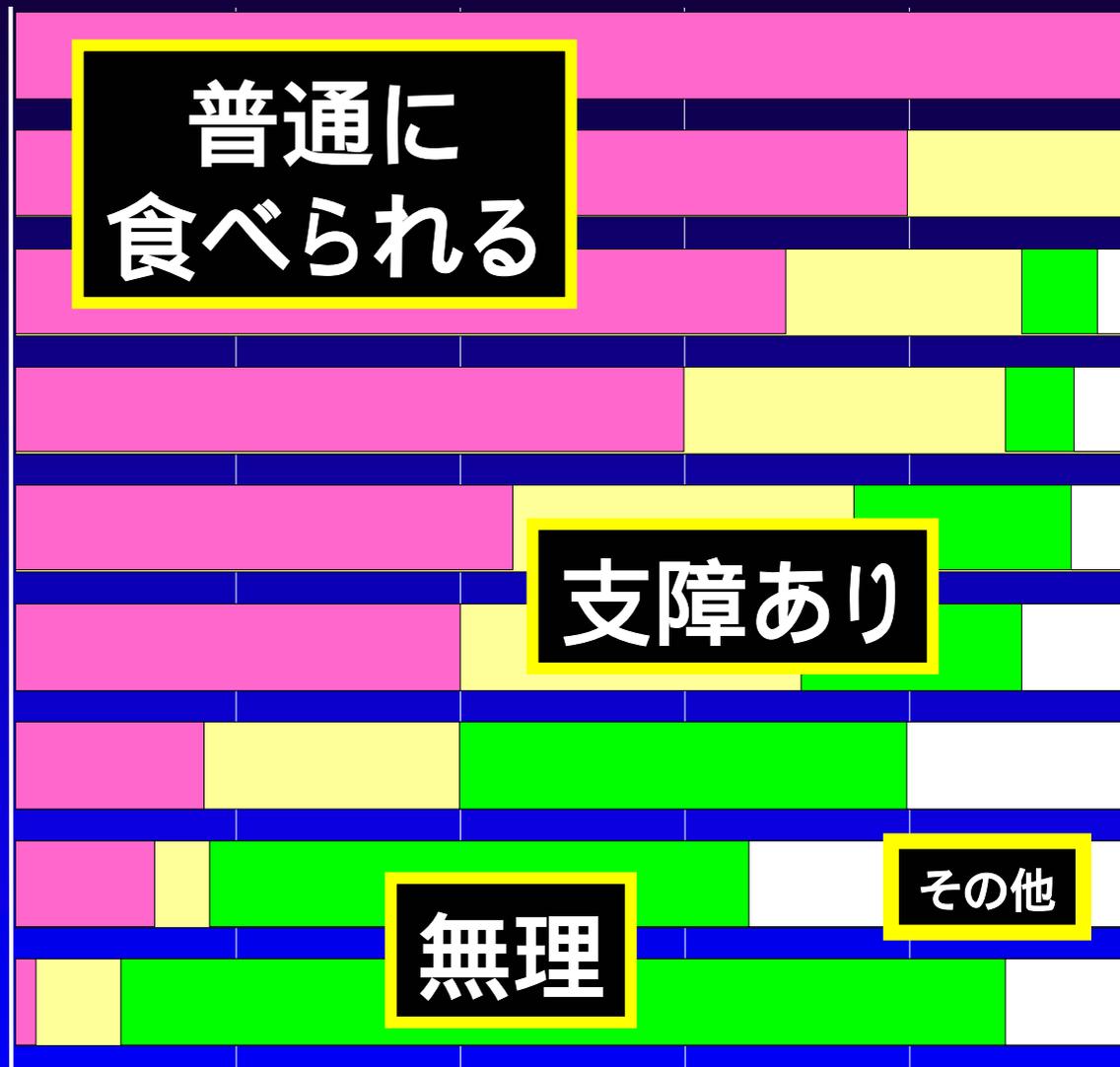
酢だこ

せんべい

するめ

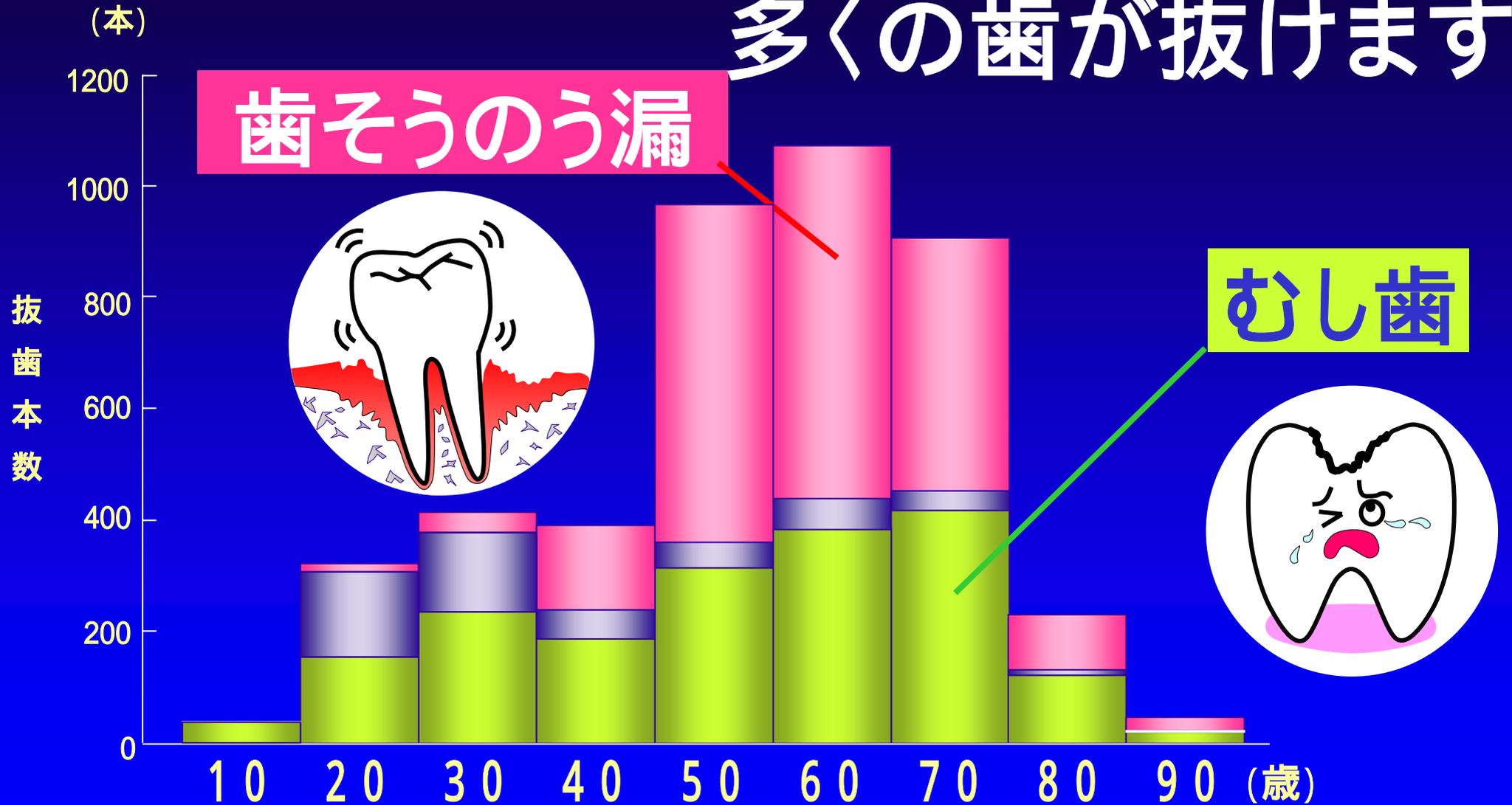
チューインガム

リンゴ丸かじり



入れ歯でかめるもの、かめないもの

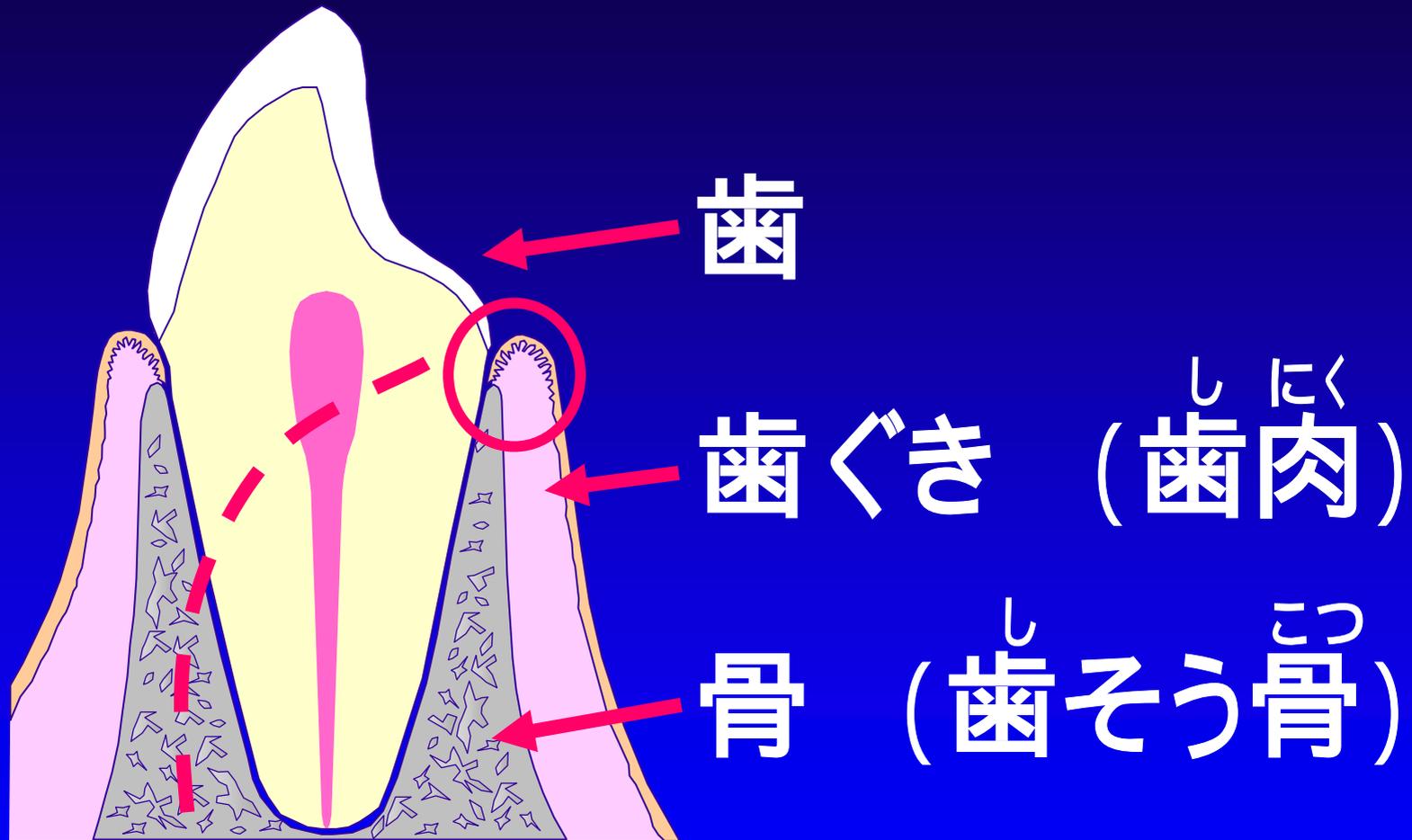
# 壮年期から歯そこのうろろで 多くの歯が抜けます



年齢別の抜歯本数および抜歯理由の割合

口衛誌, 2000

# 歯と“歯を支える”組織



歯と歯ぐきのさかい目を拡大してみると...

# 歯と歯ぐきのさかい目(拡大)

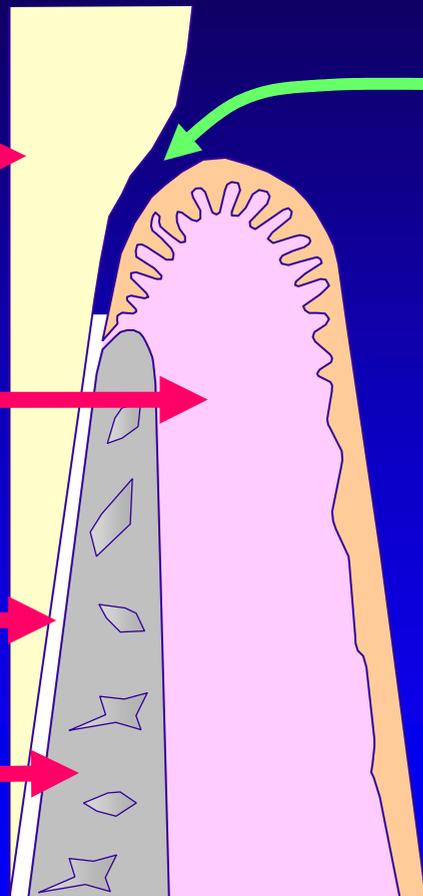
みぞ(歯肉溝、ポケット)

歯

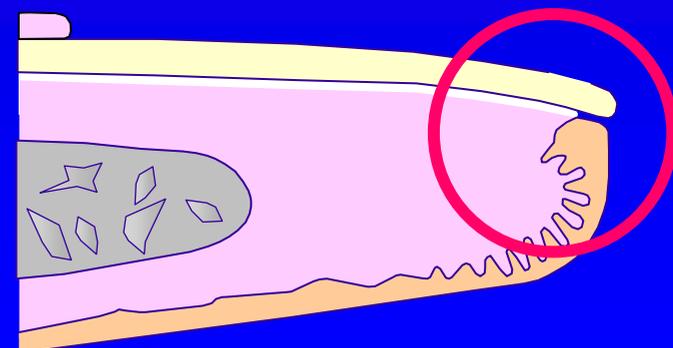
歯ぐき

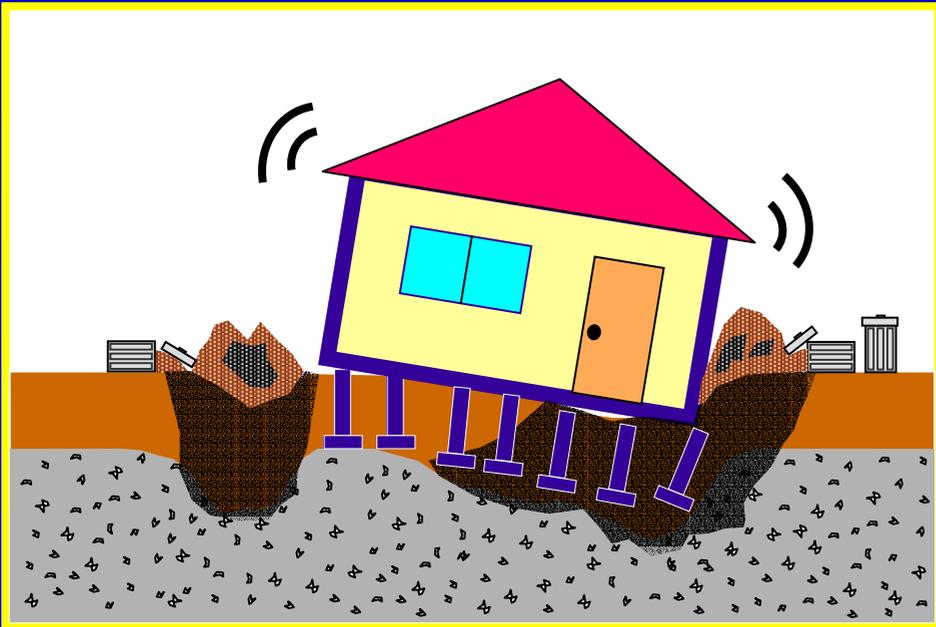
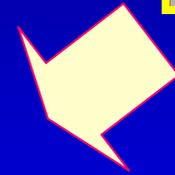
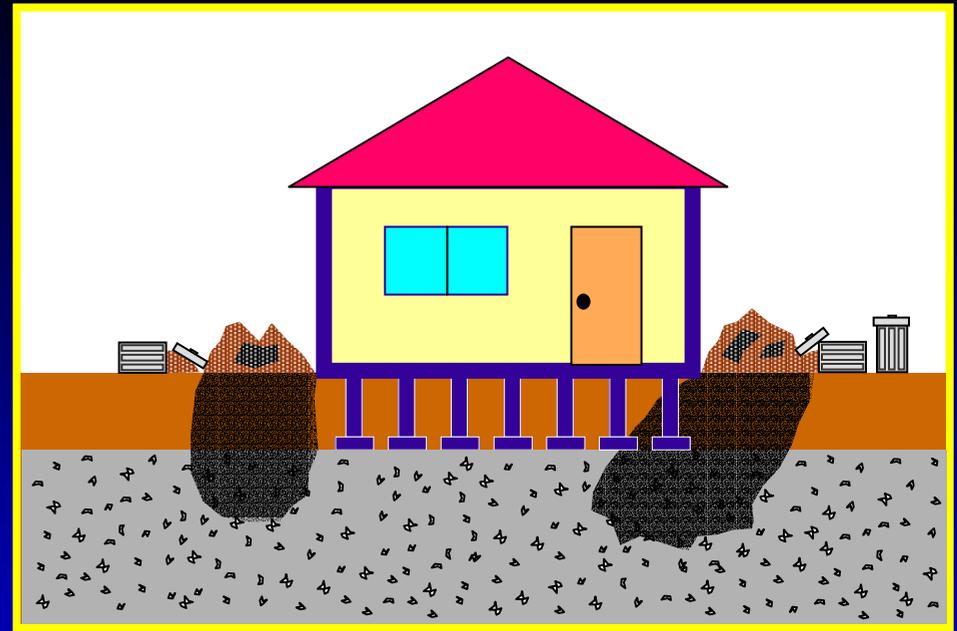
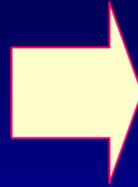
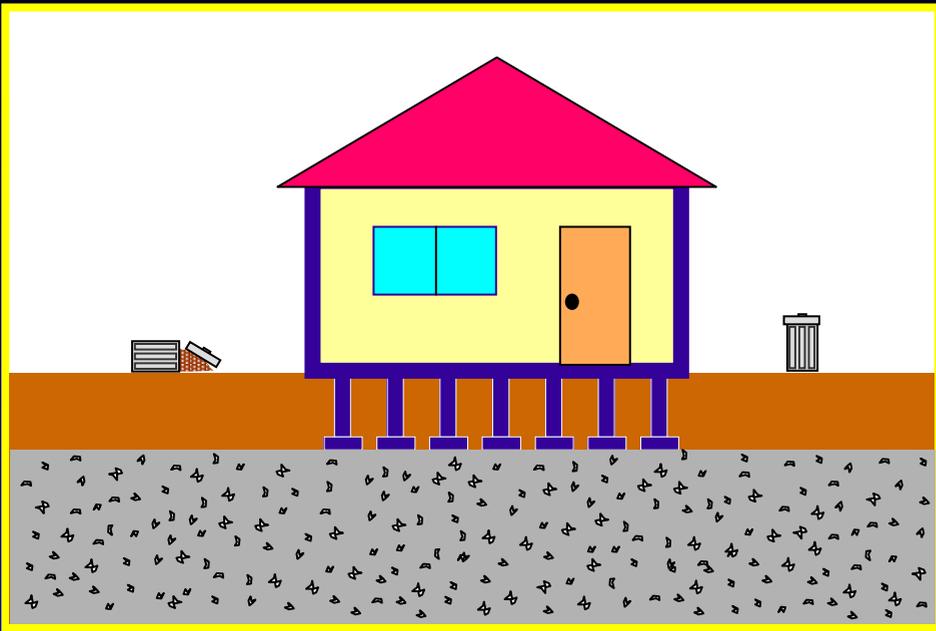
歯根膜

骨



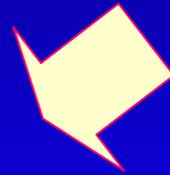
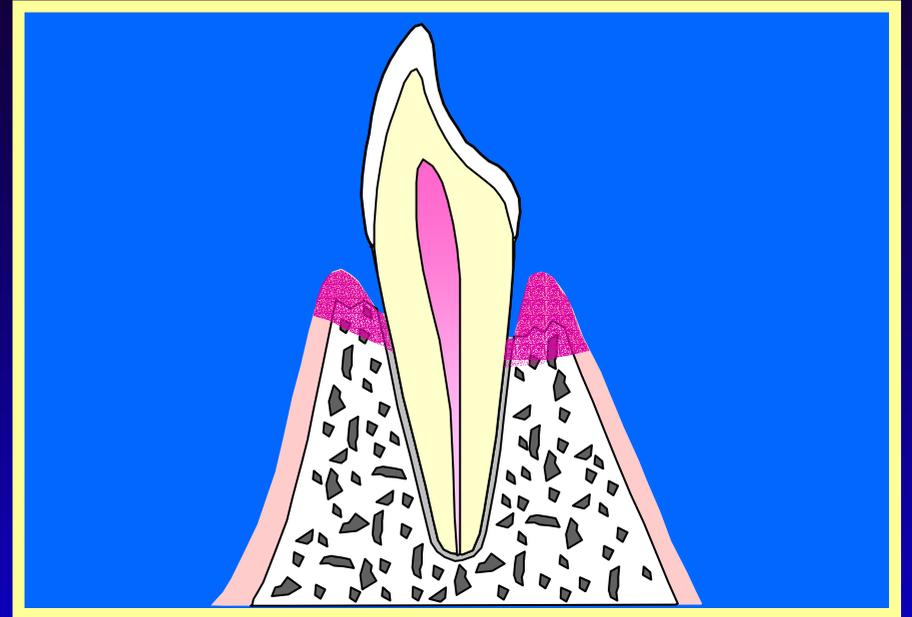
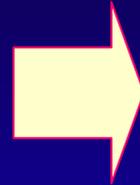
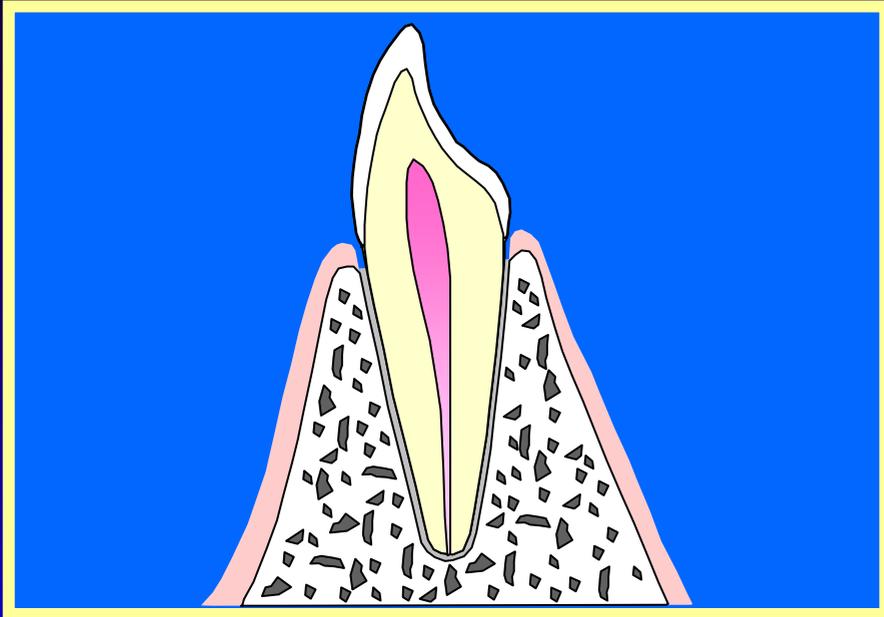
なーんだ  
爪の先とおんなじだ!!





家がどんなに立派でも  
地盤が痛めば傾きます。

「家」も大事、  
「地盤」も大事!!



歯が無事でも歯ぐきが  
痛めば歯は抜けます

「歯」も大事

「歯ぐき」も大事!!



しそう のうろう  
**歯槽膿漏**

ししゅうびょう  
**(歯周病)**

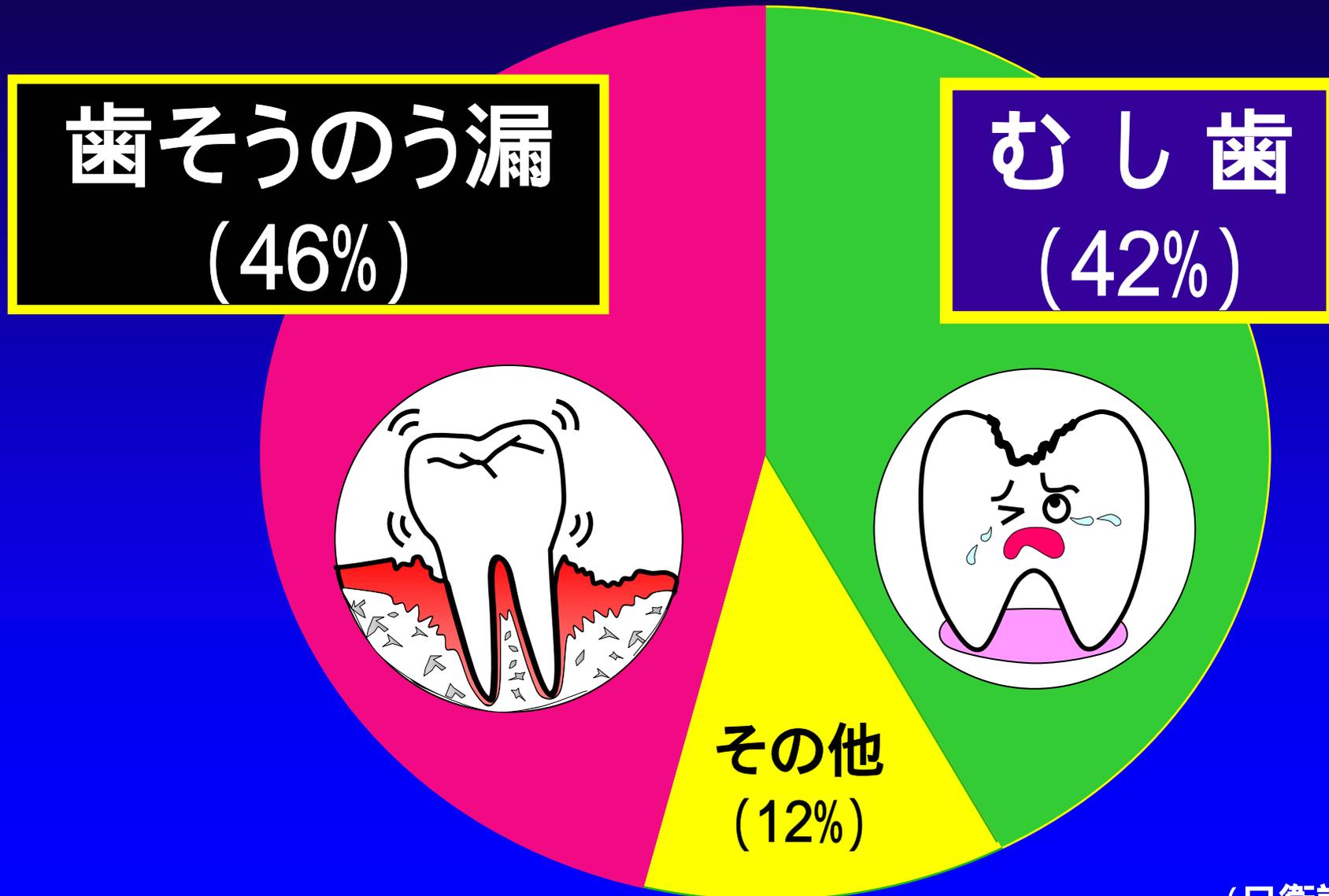


歯周病菌が歯を支える  
骨を溶かす病気

長い年月をかけて進む

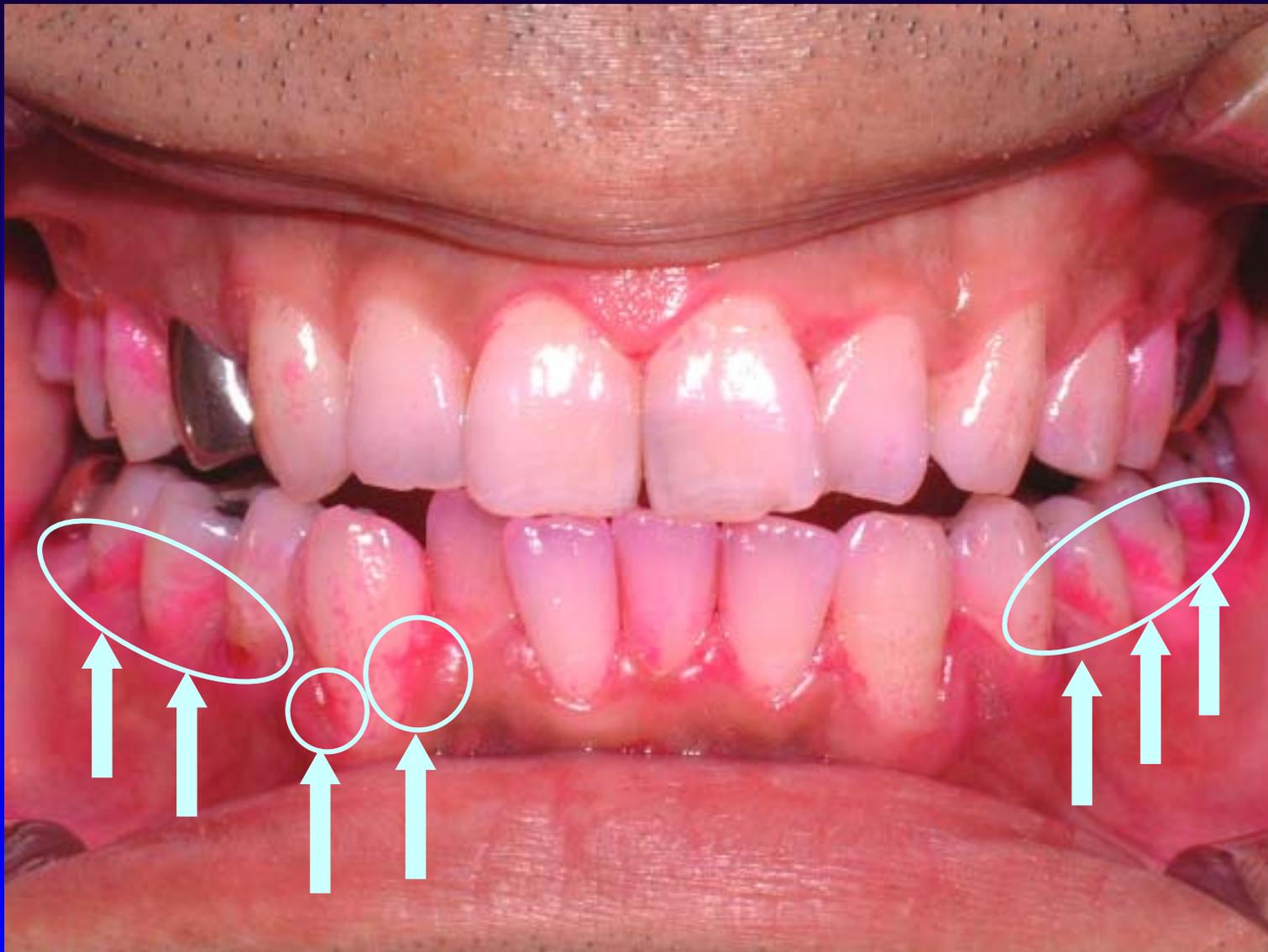
多くは痛みが  
伴わずに進む

# 歯医者さんが歯を抜く理由は？



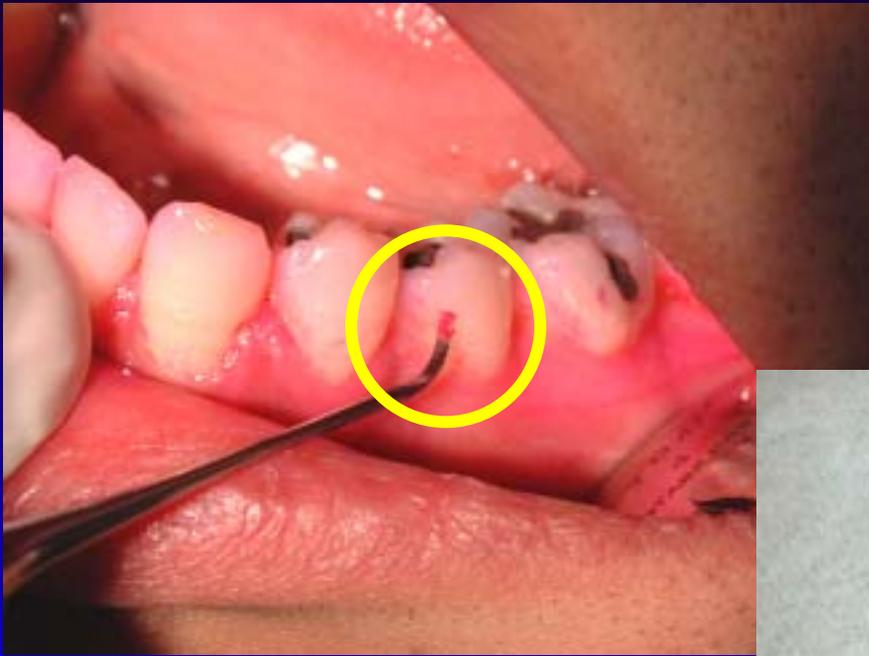


きれいにみがいたつもりでも

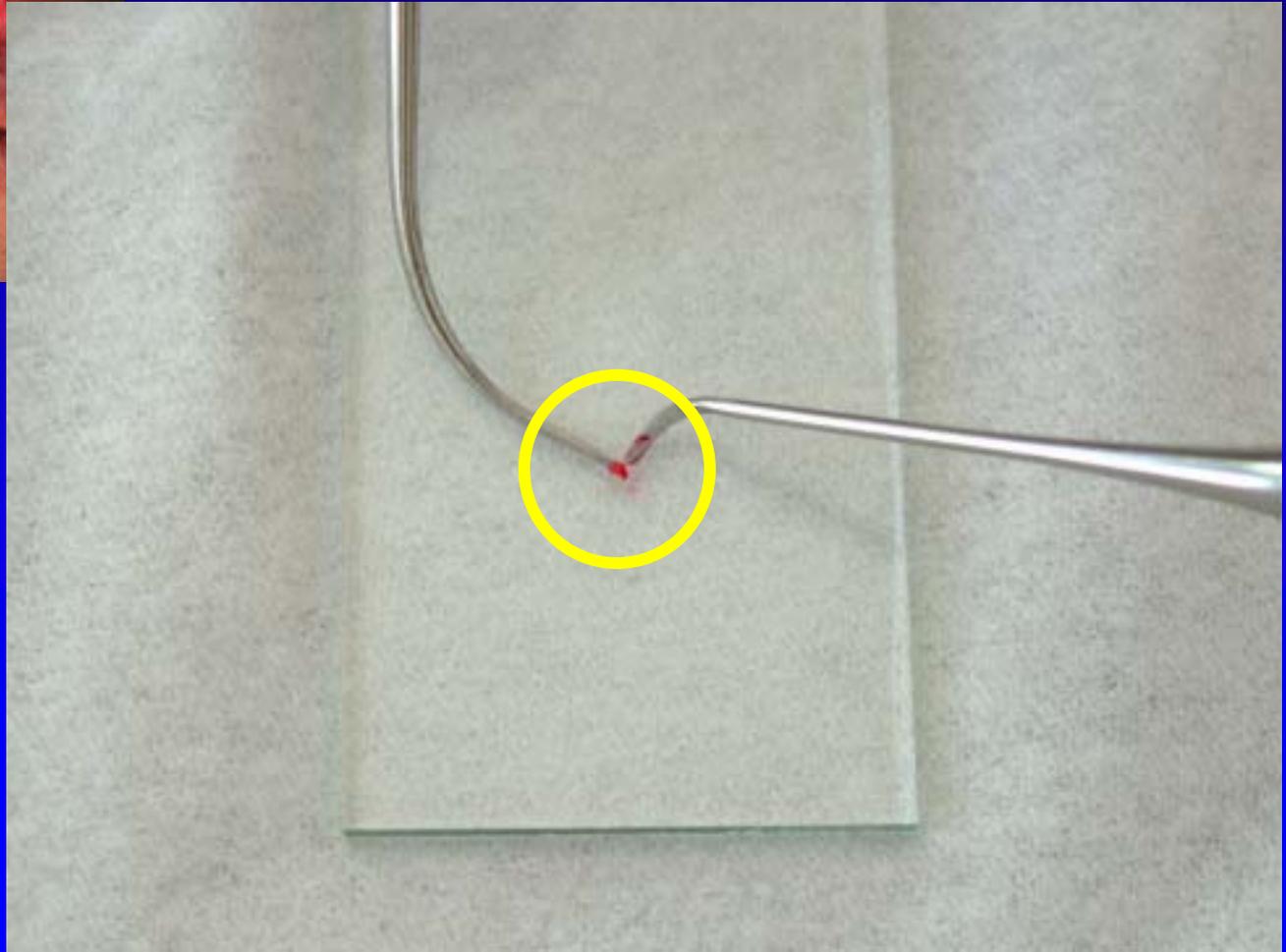


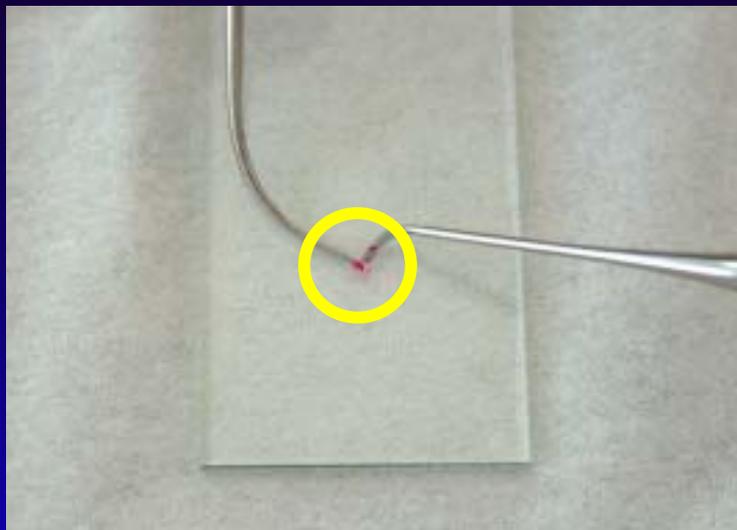
赤染めすると、ほら・・・

**赤染めしたものを**



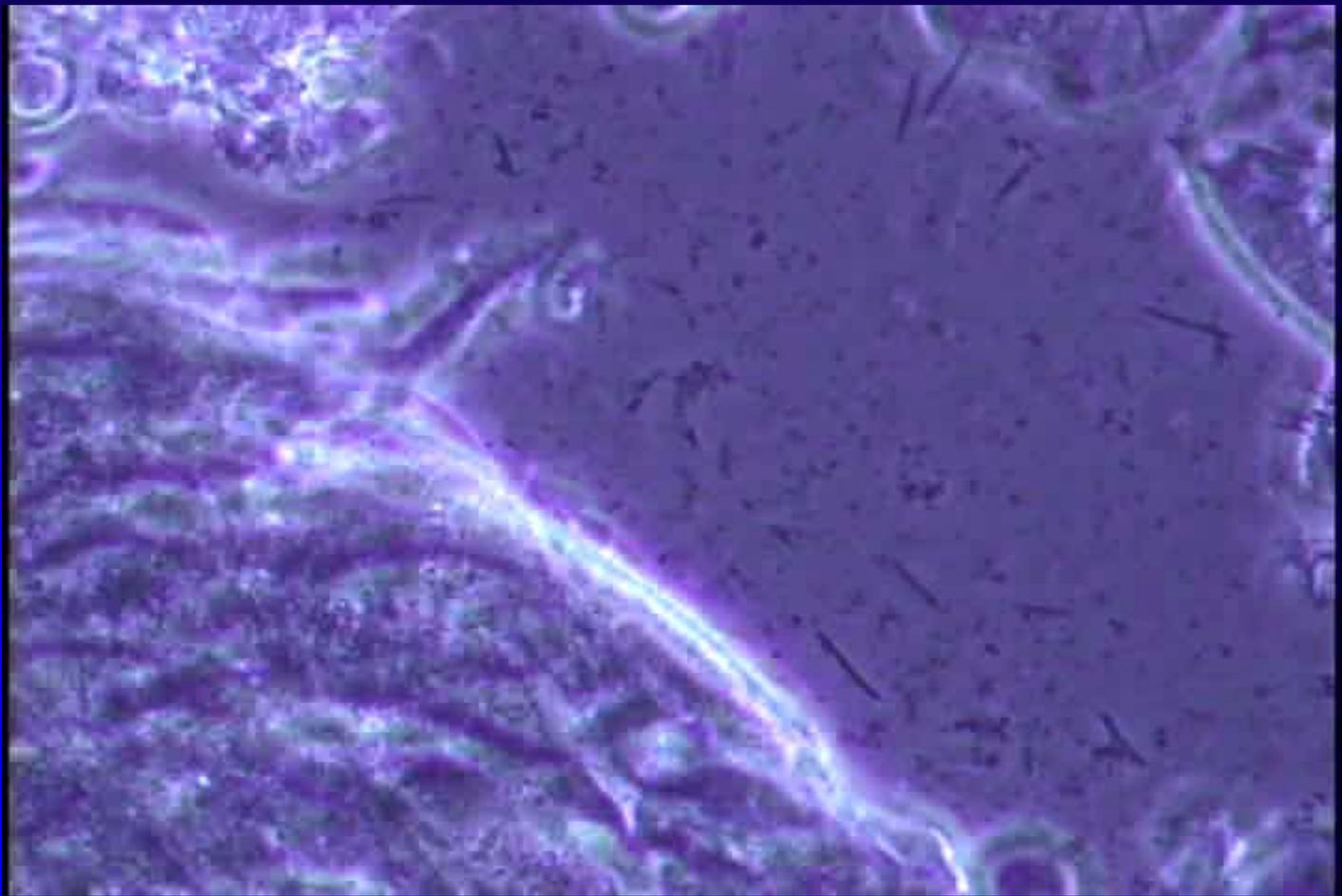
**顕微鏡で  
みてみよう!!**



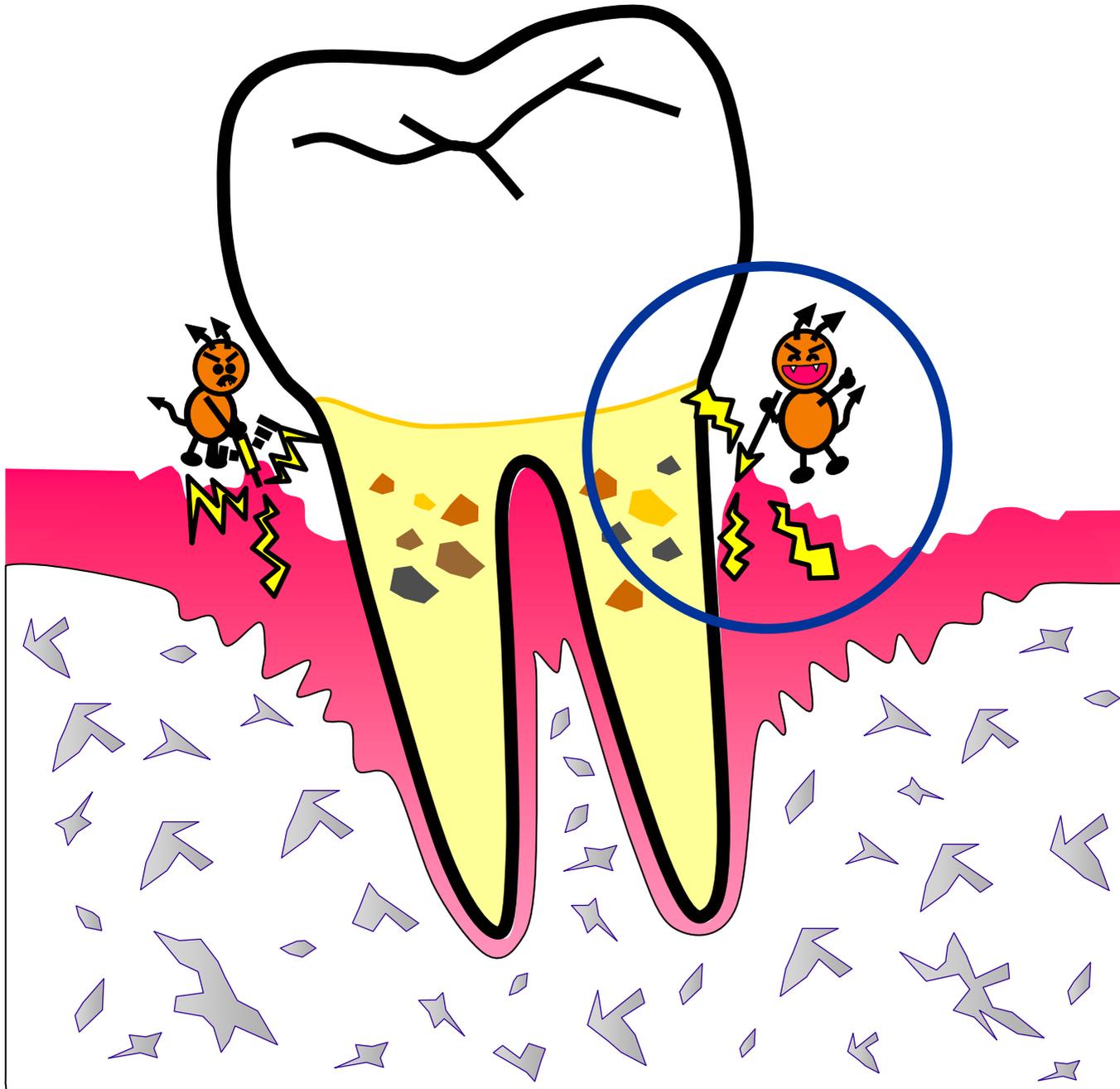


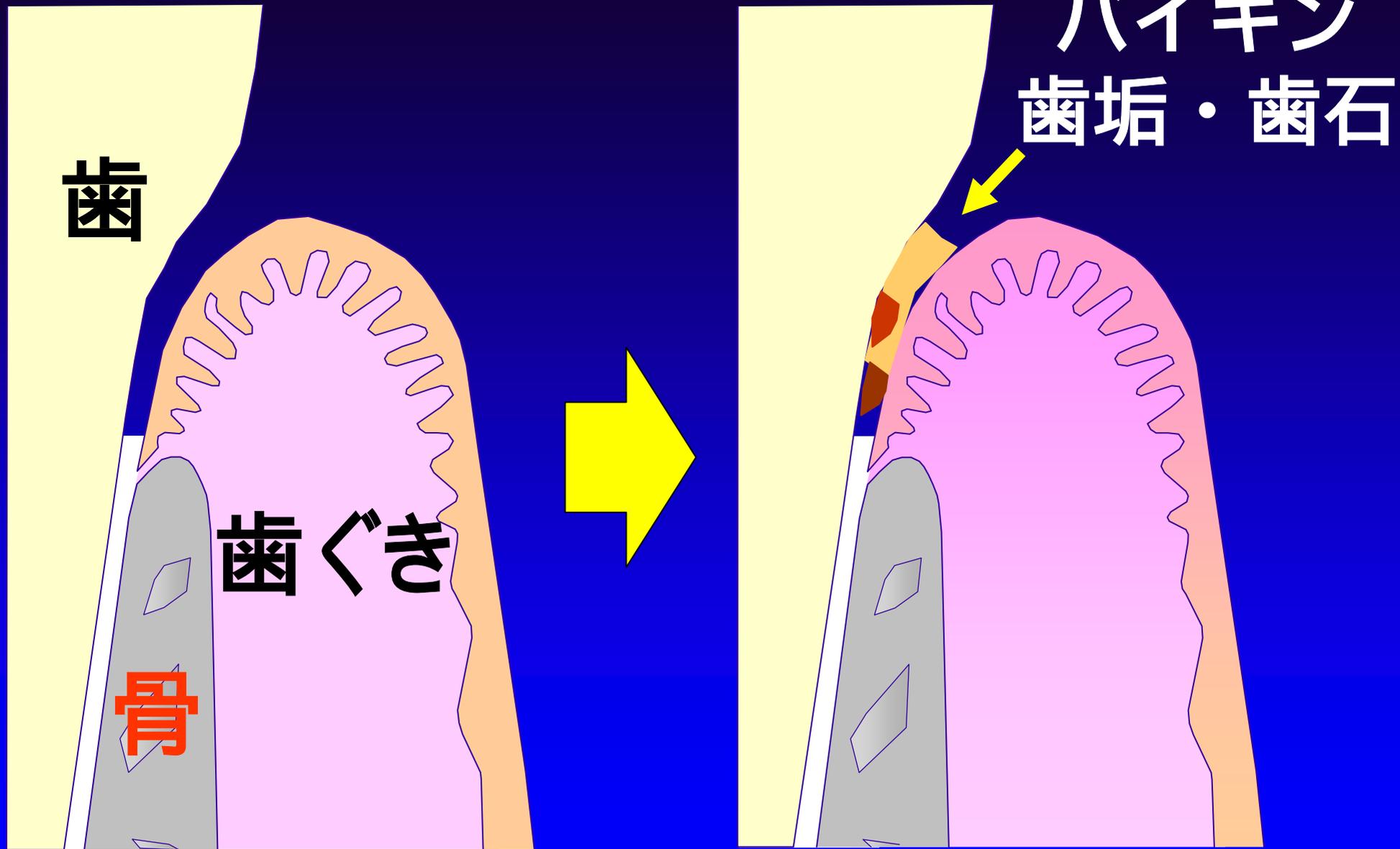
顕微鏡で  
見てみると・・・



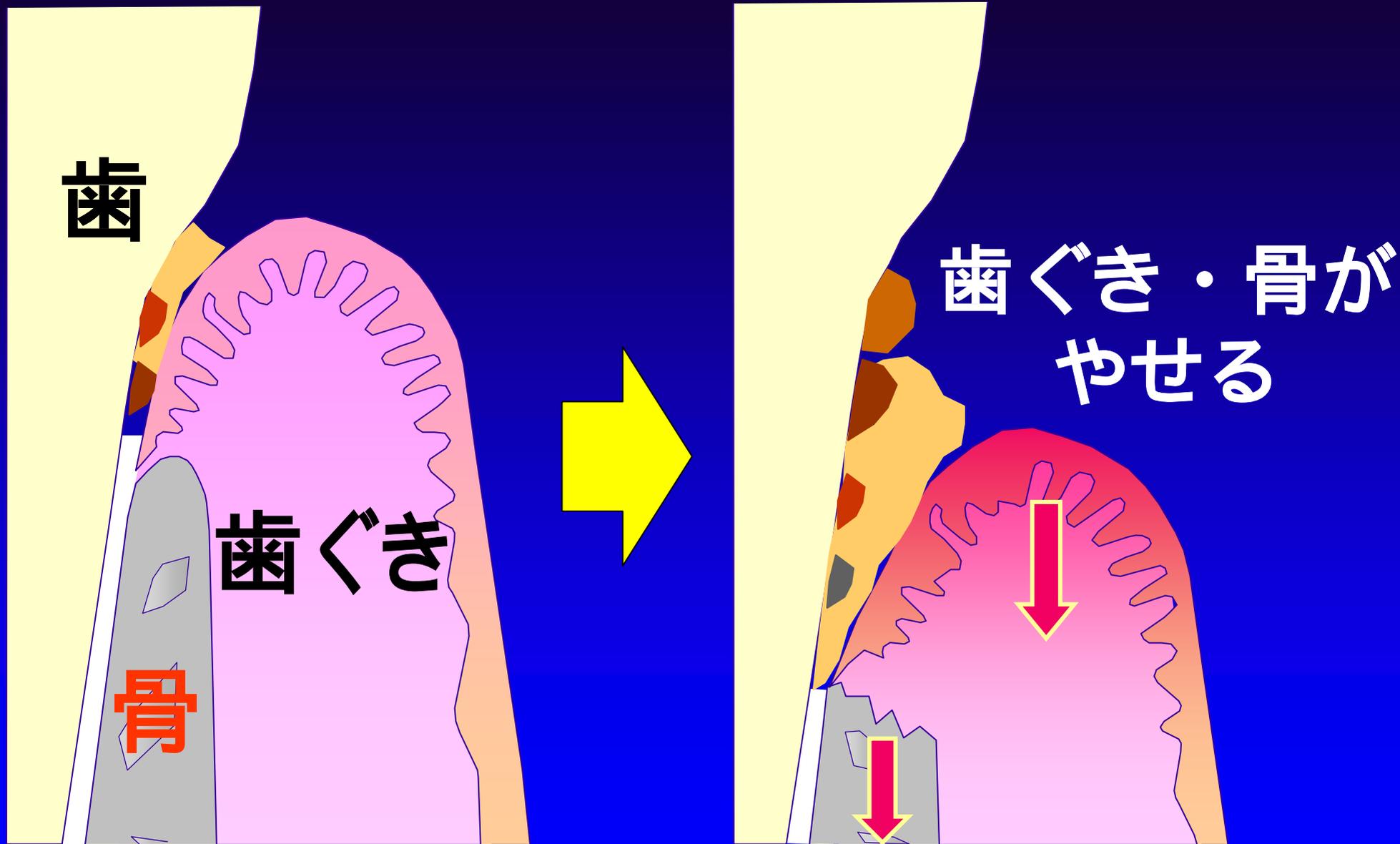




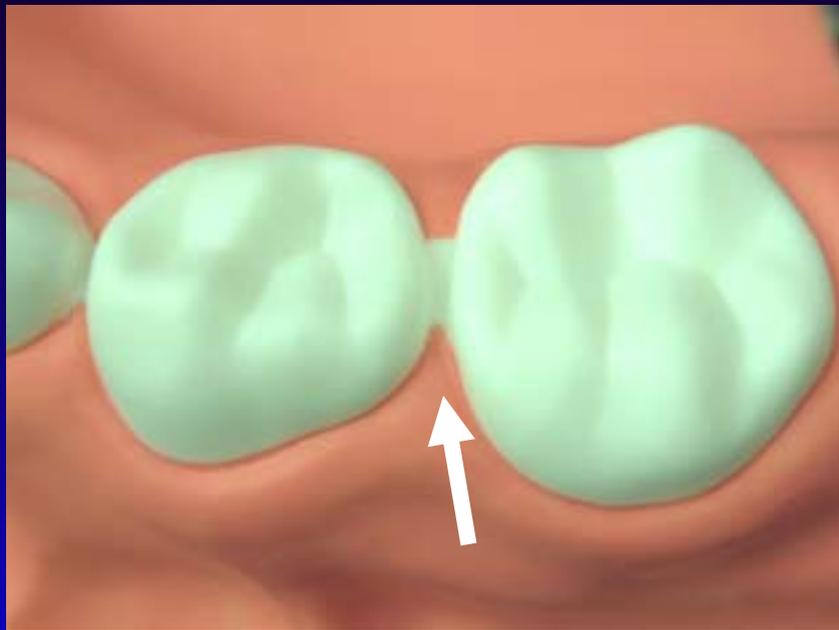




歯そこのう漏の進み方 (1)

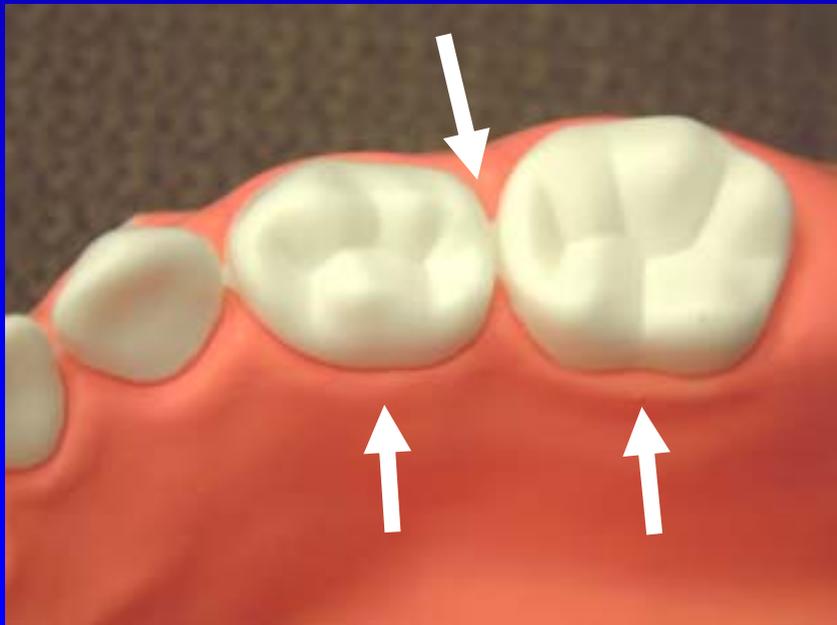


歯そろうのう漏の進み方 (2)



**歯槽膿漏に  
なりやすいところ**

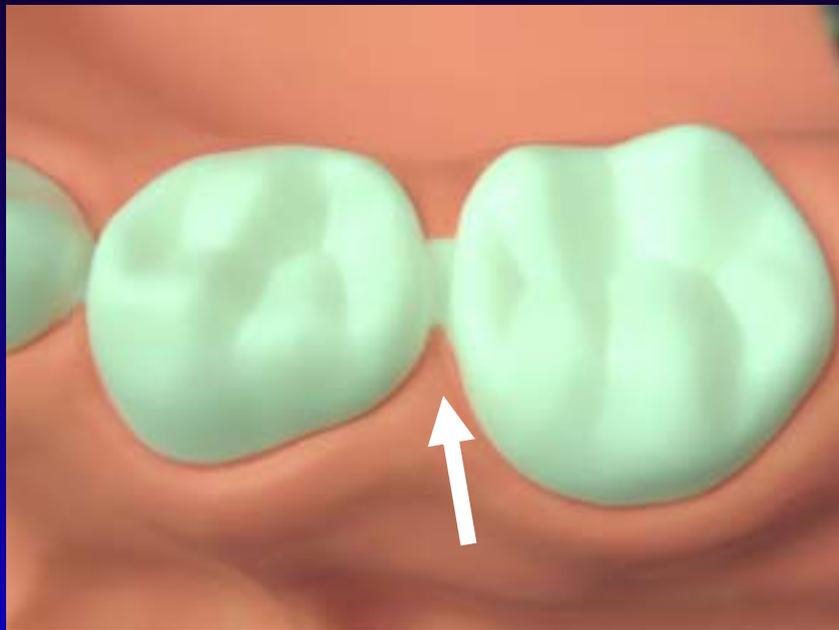
**歯と歯の間**



**歯の裏側**

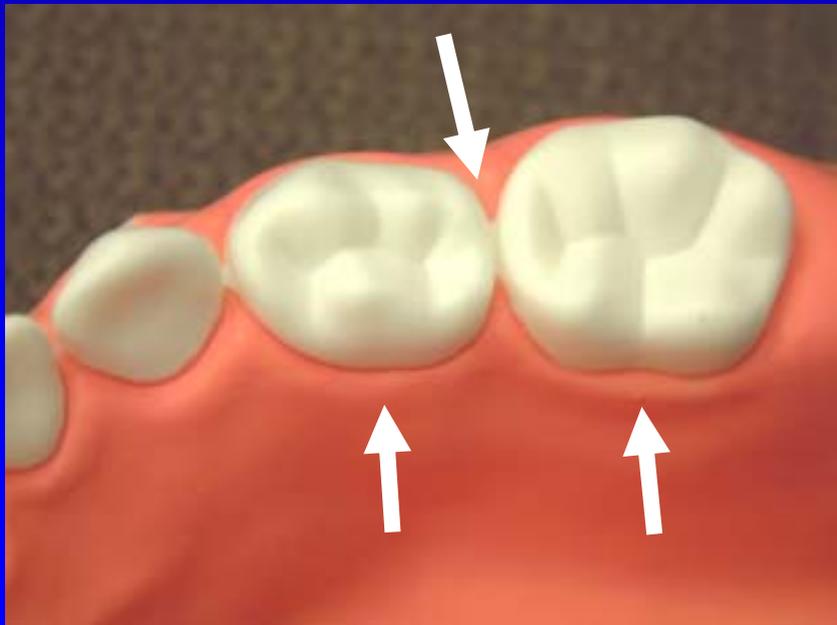
**歯磨きを  
いいかげんにしがちな所**





**歯槽膿漏に  
なりやすいところ**

**歯と歯の間**



**歯の裏側**

**歯磨きを  
いいかげんにしがちな所**

# あなたの歯ぐき 大丈夫ですか？

歯みがきの時、歯ぐきから**血が出る**

歯ぐきが**ブヨブヨ**している 歯ぐきが赤黒い

**歯石**がついて、歯が何となくザラザラする

疲れた時などに歯が**浮いた**ような気がする

歯の間が**すいている**、すいてきた気がする

歯ぐきがやせてきたような気がする

お口の臭いが気になる・他人から言われた

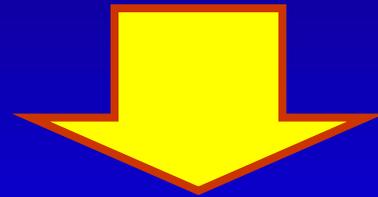
40歳以上である

ぐらつく歯がある

抜けている歯が何本かある

以上の項目が多く当てはまる人は  
歯そこのう漏が進んでいる可能性が高いです

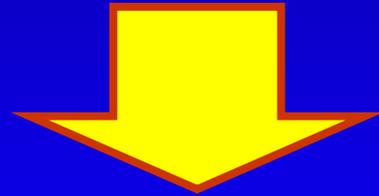
より多く当てはまる人は歯そこのう漏の  
治療や定期管理が必要な人です



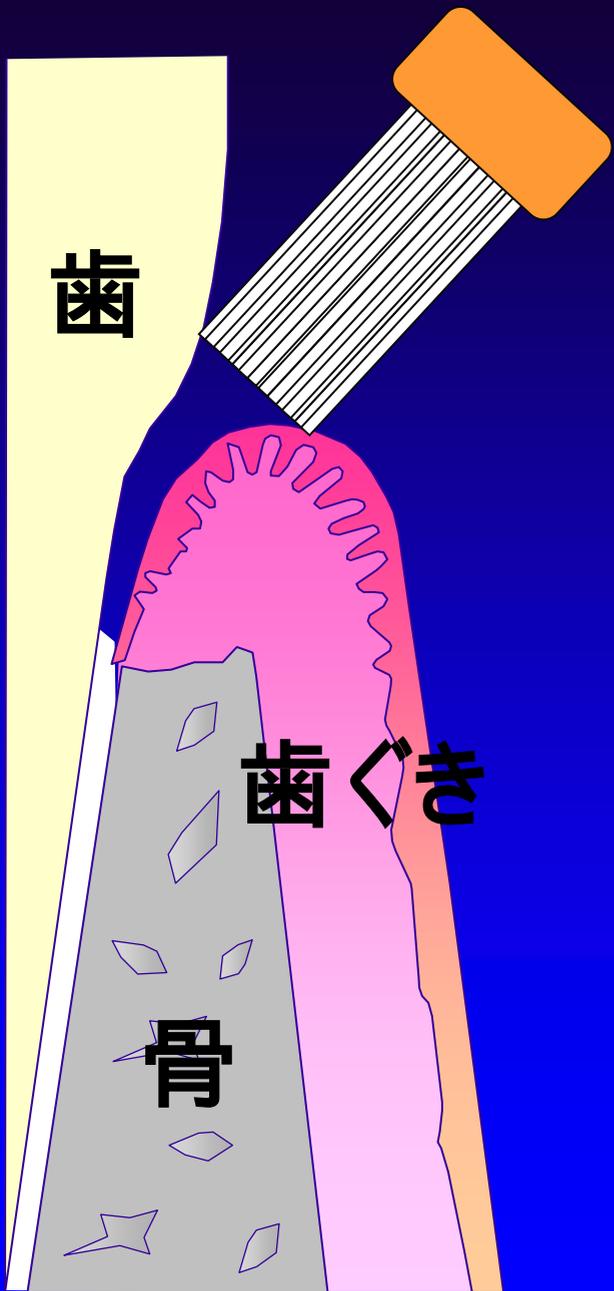
手遅れになる前にかかりつけの歯科医院で  
ご相談ください

# 家庭で歯そろうのう漏予防のための 家庭での取り組み

歯そろうのう漏（歯周病）は  
「**歯の周り**」から起こる病気です



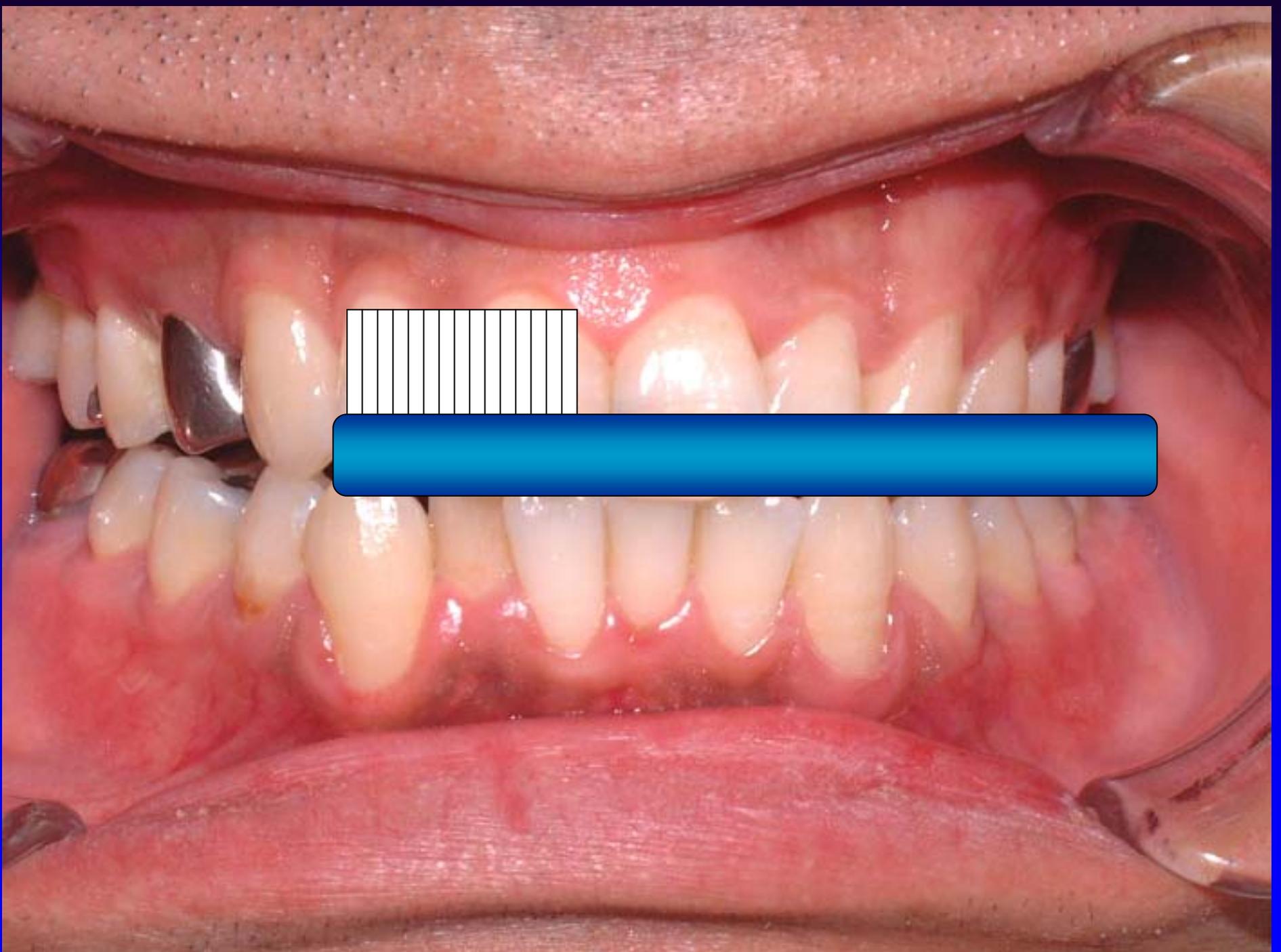
歯と歯ぐきの境目の清掃  
歯と歯の間の清掃  
歯ぐきの適度な**マッサージ** が重要です

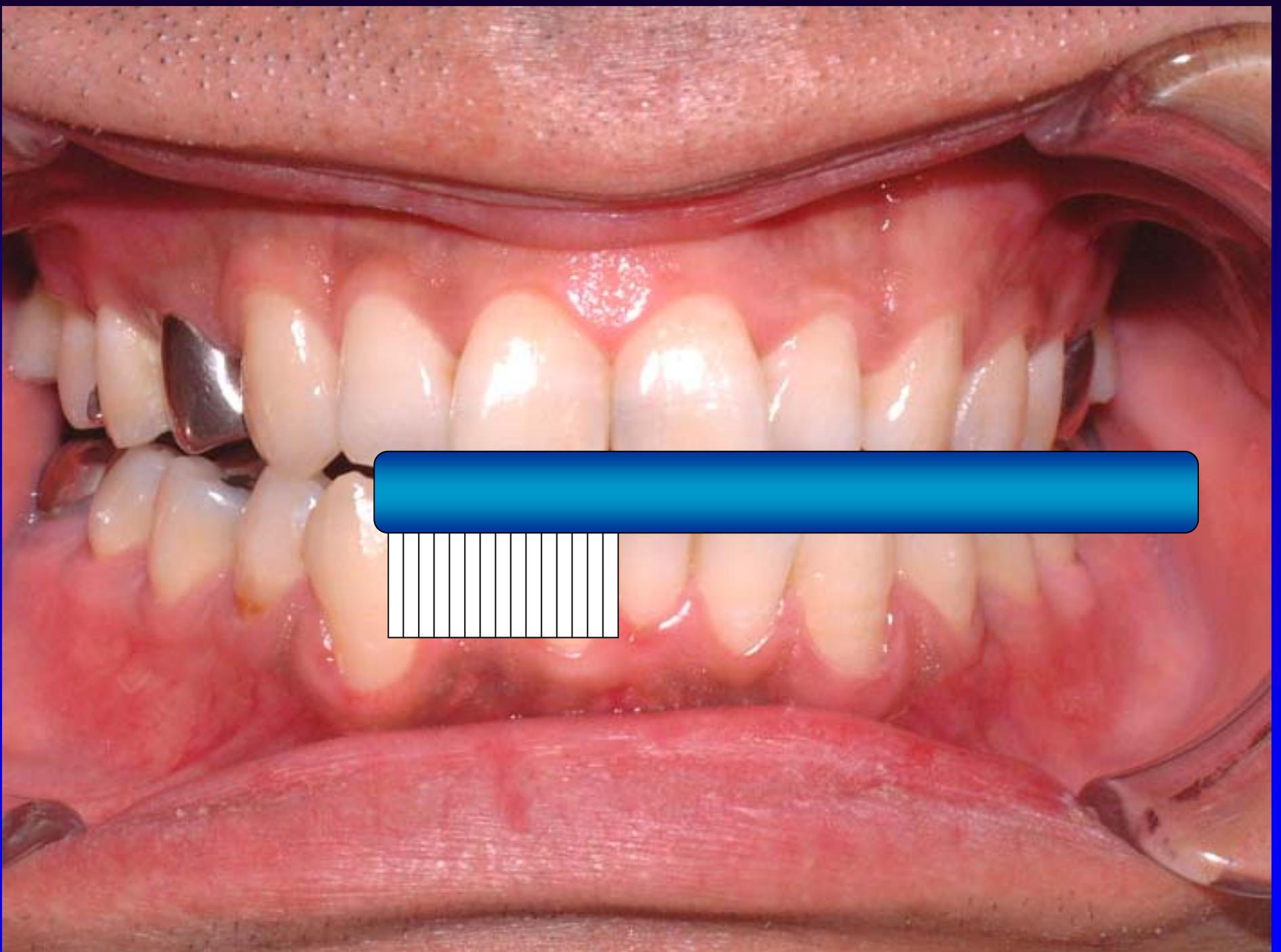


# バス法ブラッシング

歯ブラシの毛先を斜め  
(45度程度)に傾ける。

歯と歯ぐきの境目に当てて  
左右に細かく動かす。







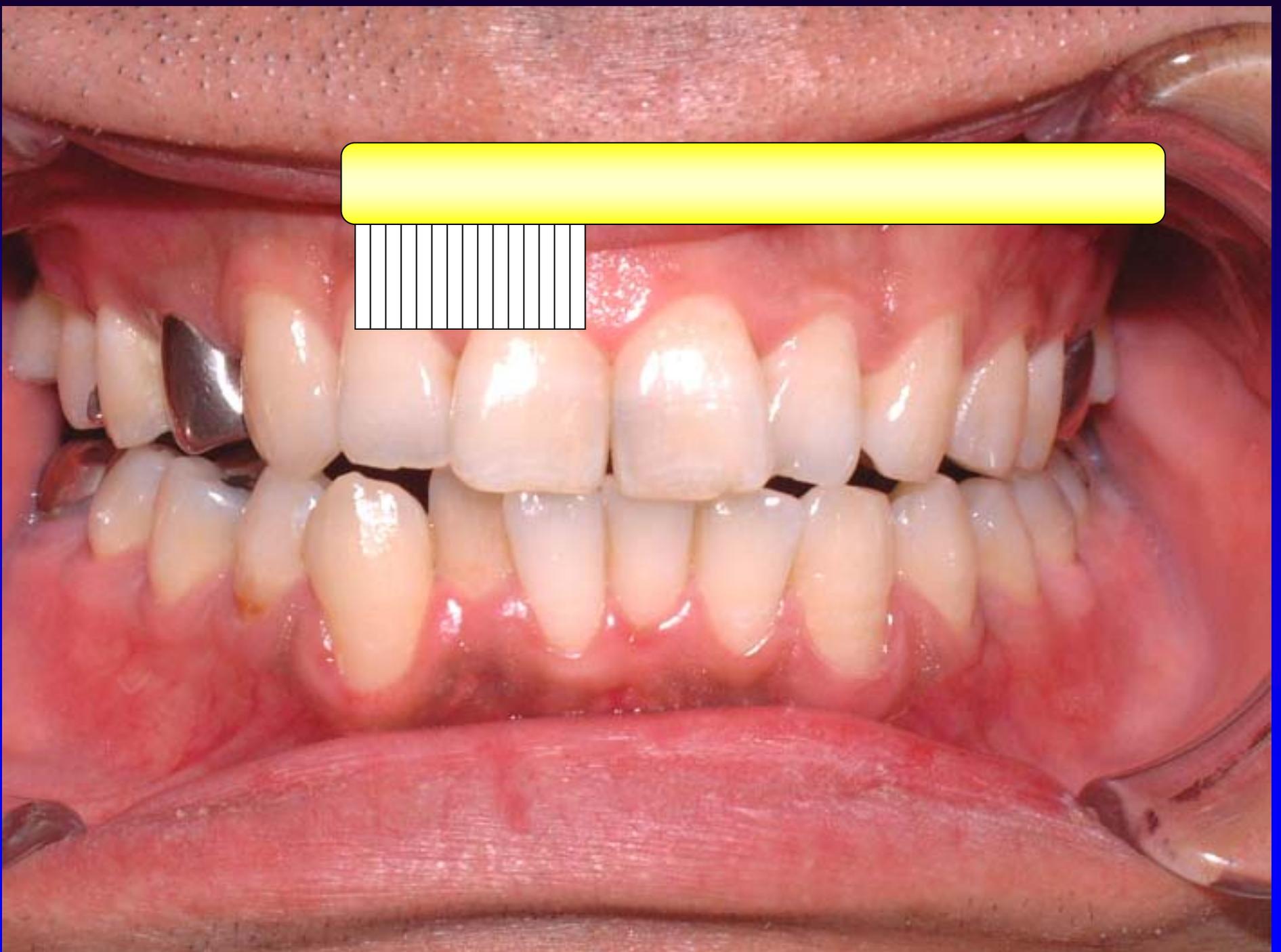
# つまようじ法 ブラッシング

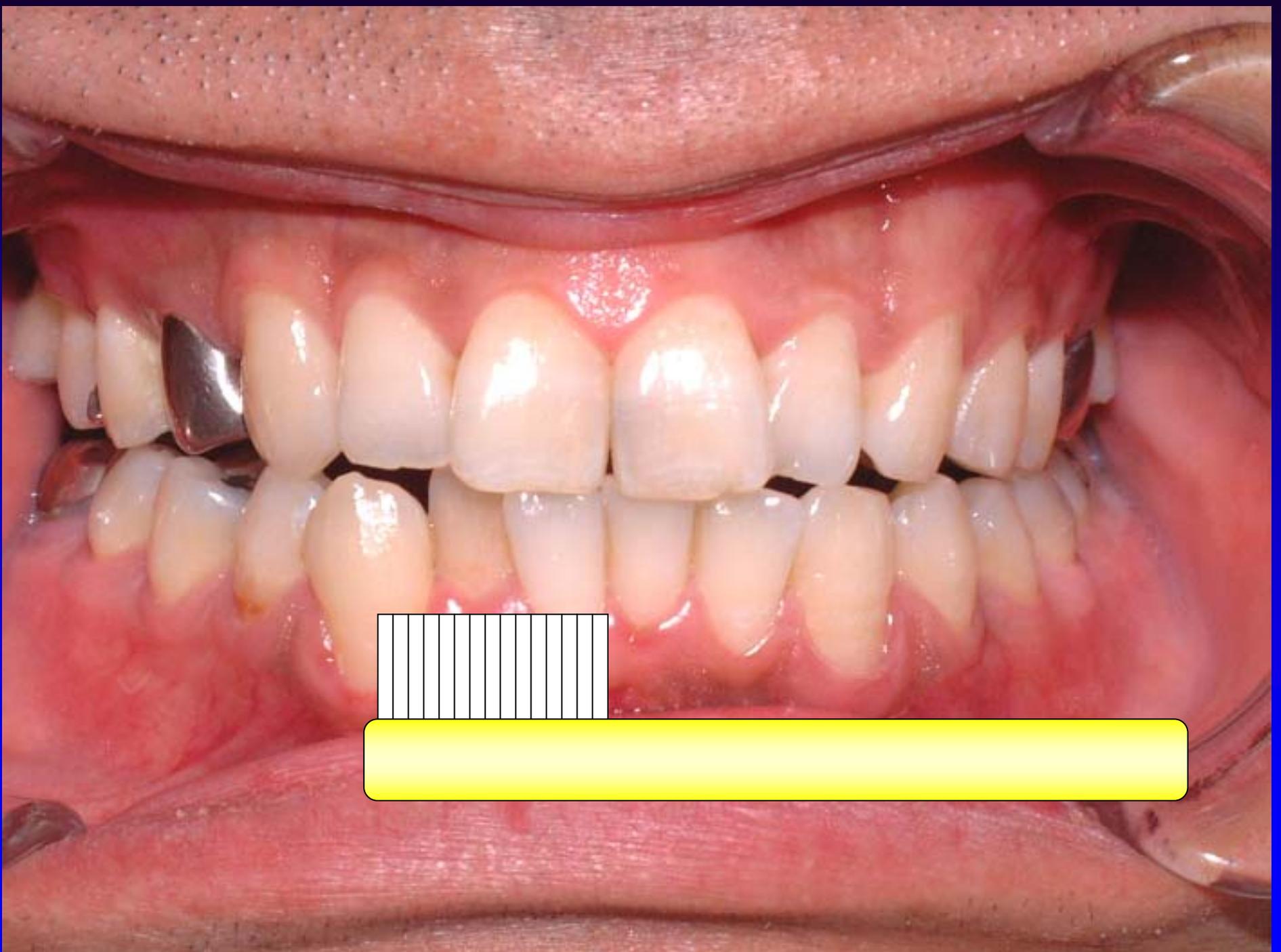
歯ブラシの毛先を斜め(30度程度)に傾ける。



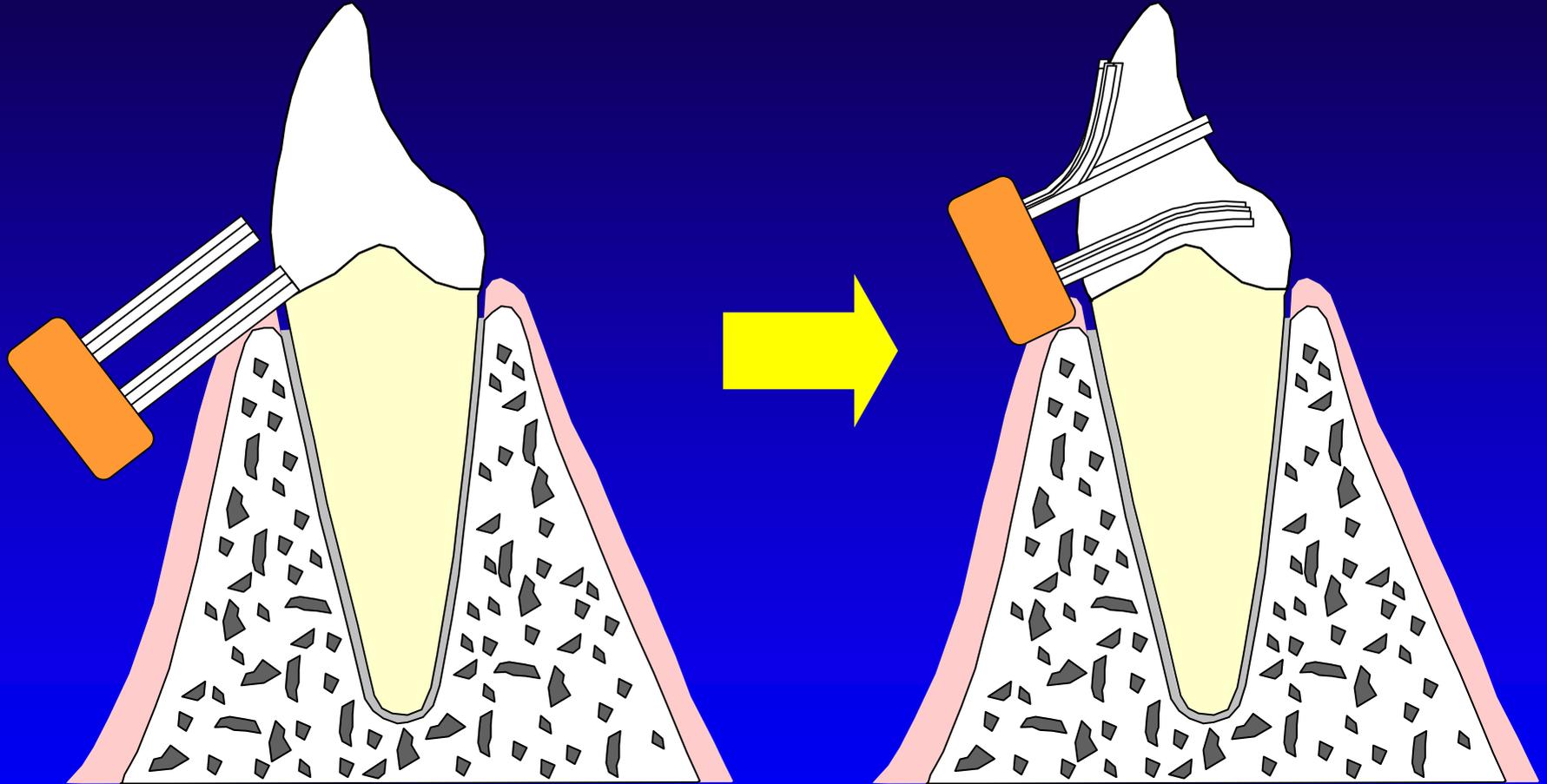
歯と歯ぐきの境目に当てて  
歯ぐき 歯の先の方向に向ける。

毛先を歯と歯の間に差し込むように  
7~8回出し入れする。





# つまようじ法ブラッシング



- 利点: 1) 歯面および歯と歯の間の清掃が可能  
2) 歯ぐきのマッサージ効果で歯ぐきが引き締まる

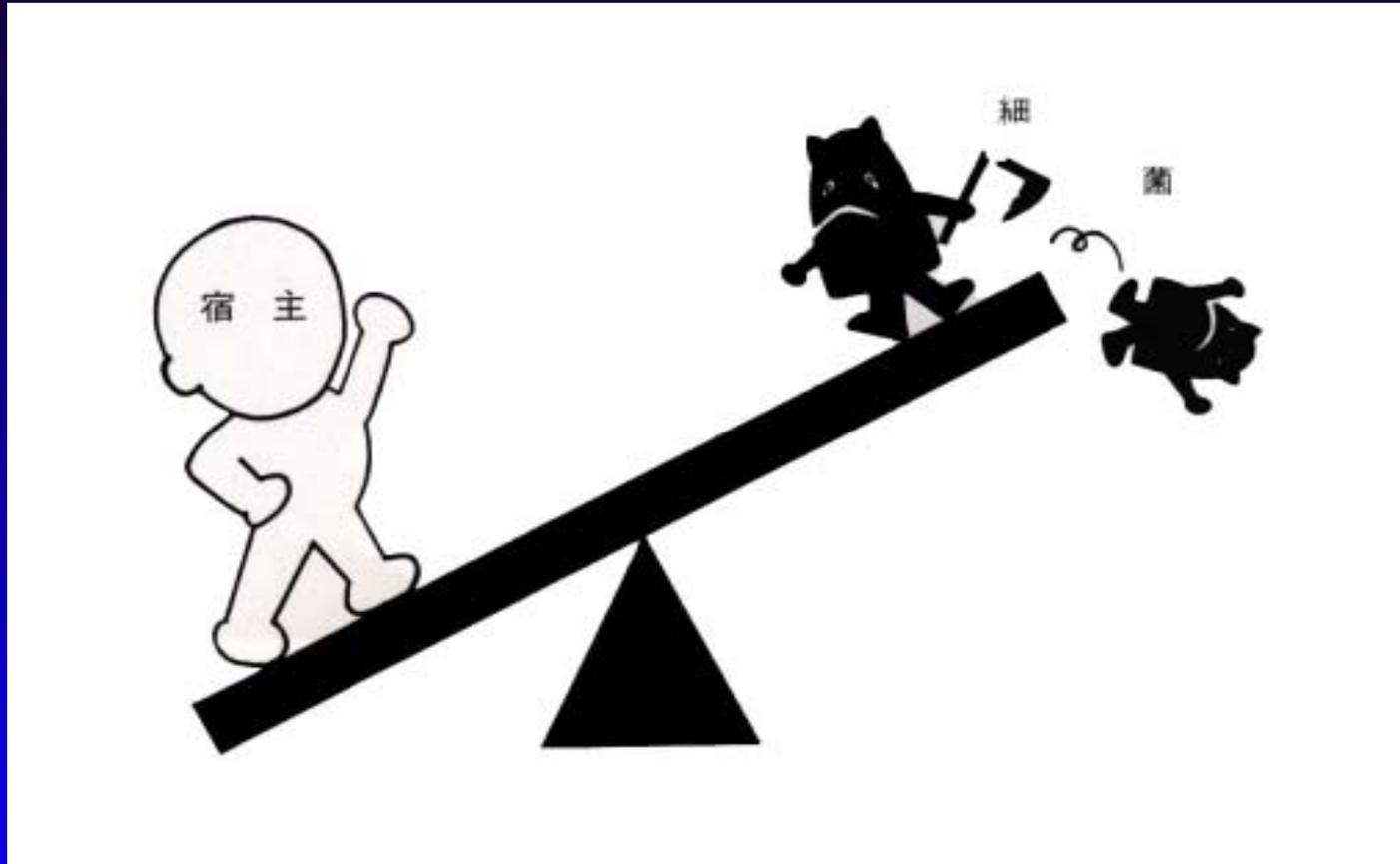


# 歯間ブラシ

歯と歯の間にすき間が  
あいている人に有効



歯そこのう漏が最も起こりやすい  
歯と歯の間は念入りに清掃を！



ヒト (歯, 歯ぐきなど) > ばい菌

人間がばい菌より強ければ  
病気は防げる

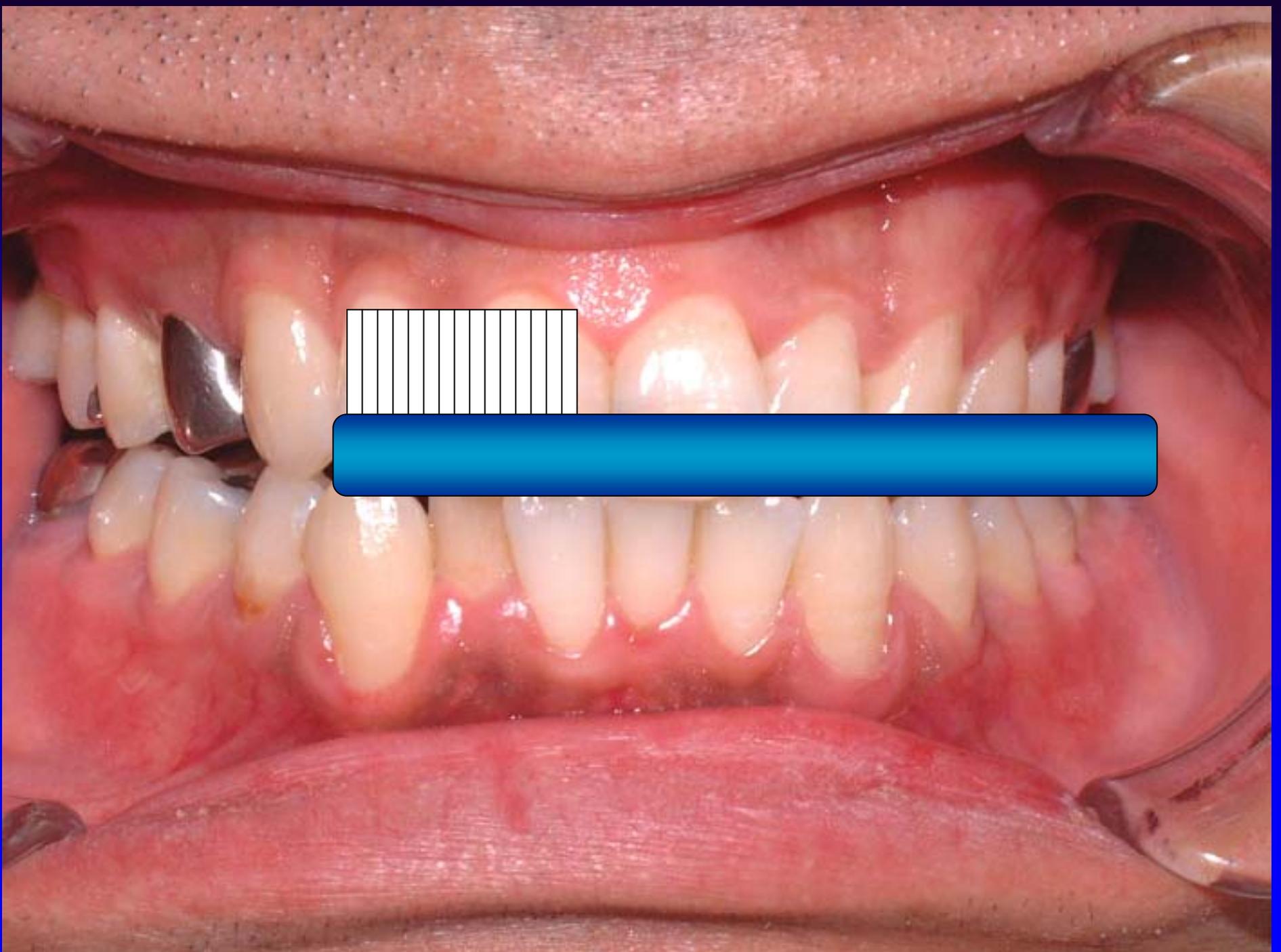


# 家庭で歯そろうのう漏予防のための 家庭での取り組み

歯そろうのう漏（歯周病）は  
「**歯の周り**」から起こる病気です



歯と歯ぐきの境目の清掃  
歯と歯の間の清掃  
歯ぐきの適度な**マッサージ** が重要です





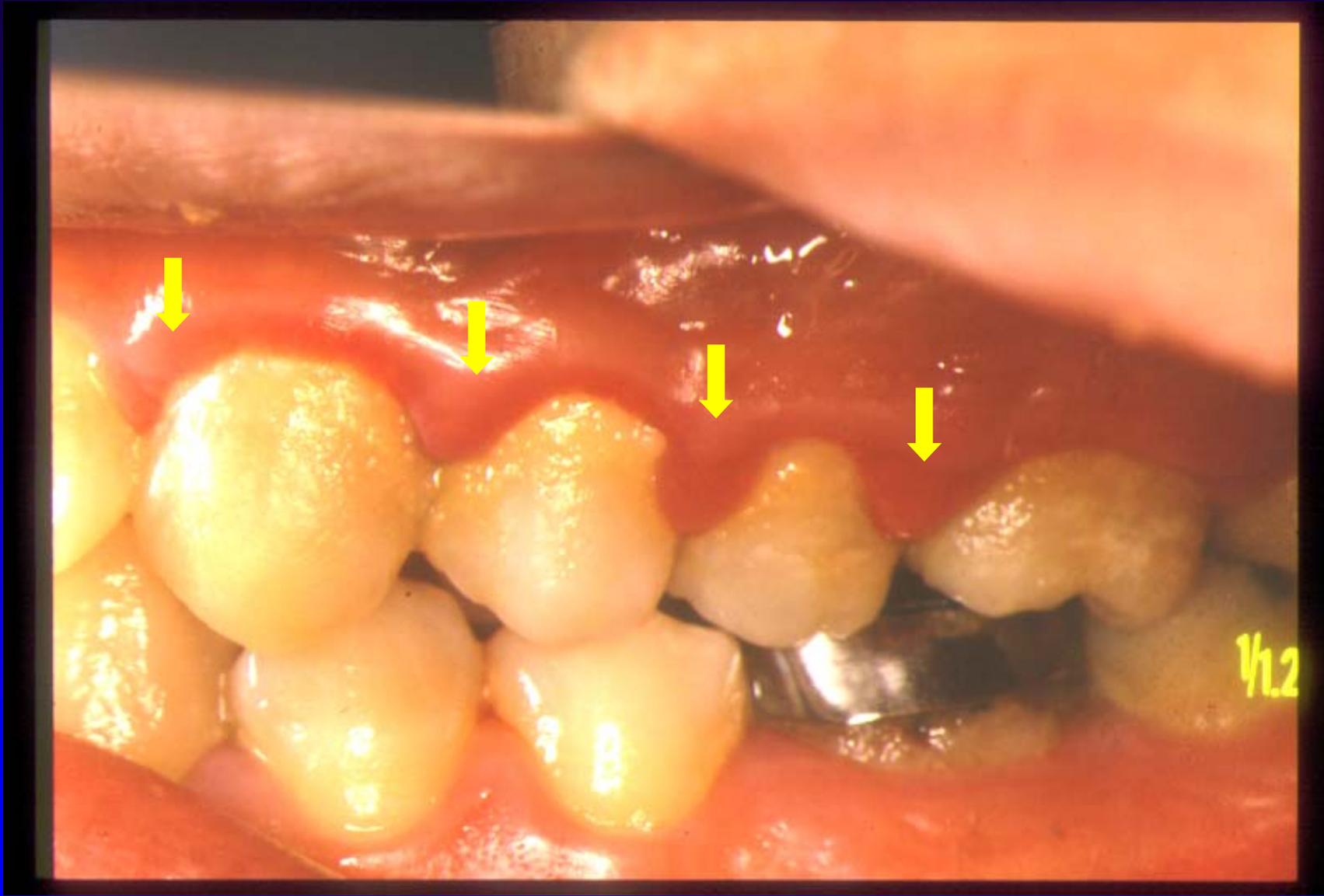
# つまようじ法 ブラッシング

歯ブラシの毛先を斜め(30度程度)に傾ける。

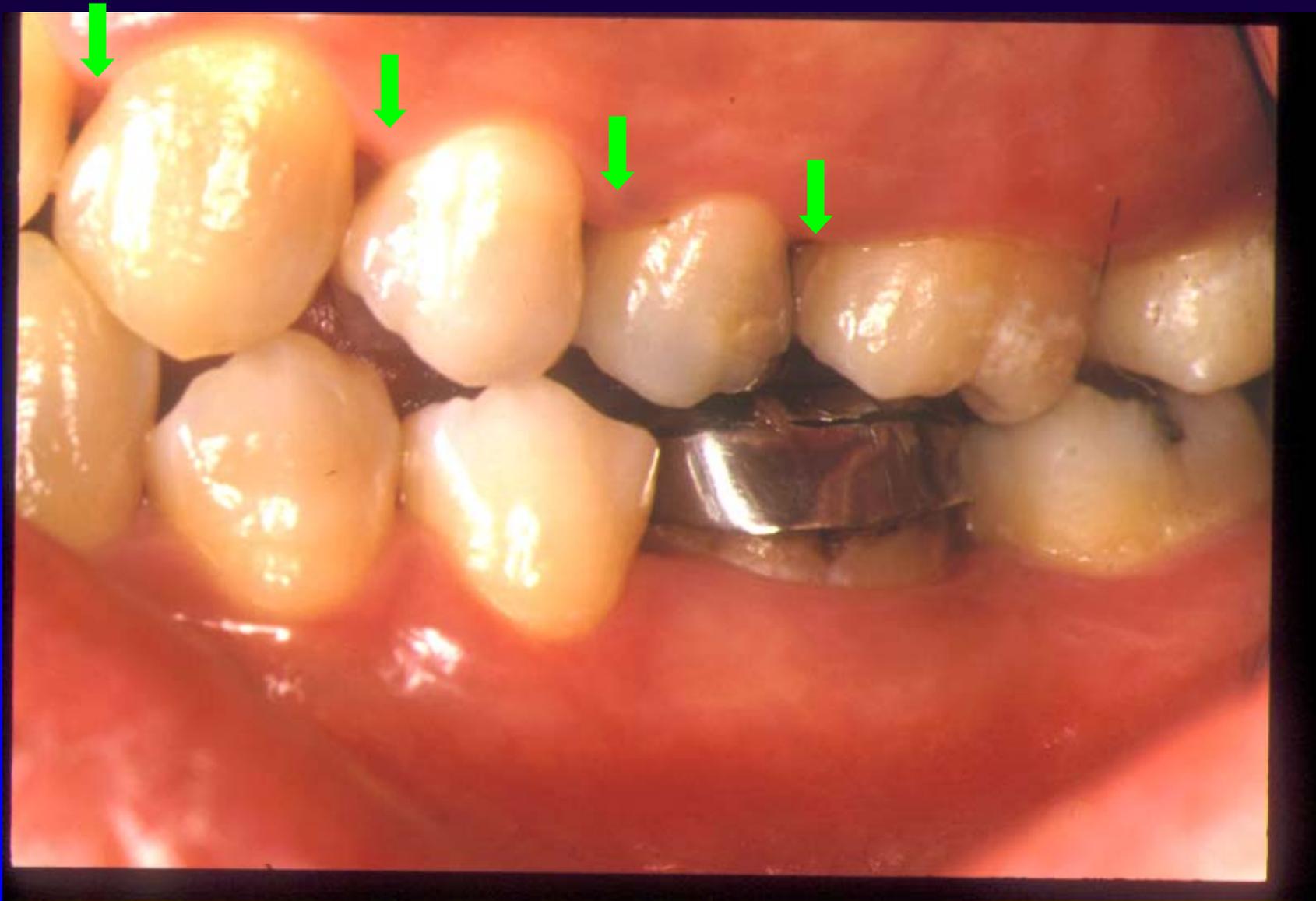


歯と歯ぐきの境目に当てて  
歯ぐき 歯の先の方向に向ける。

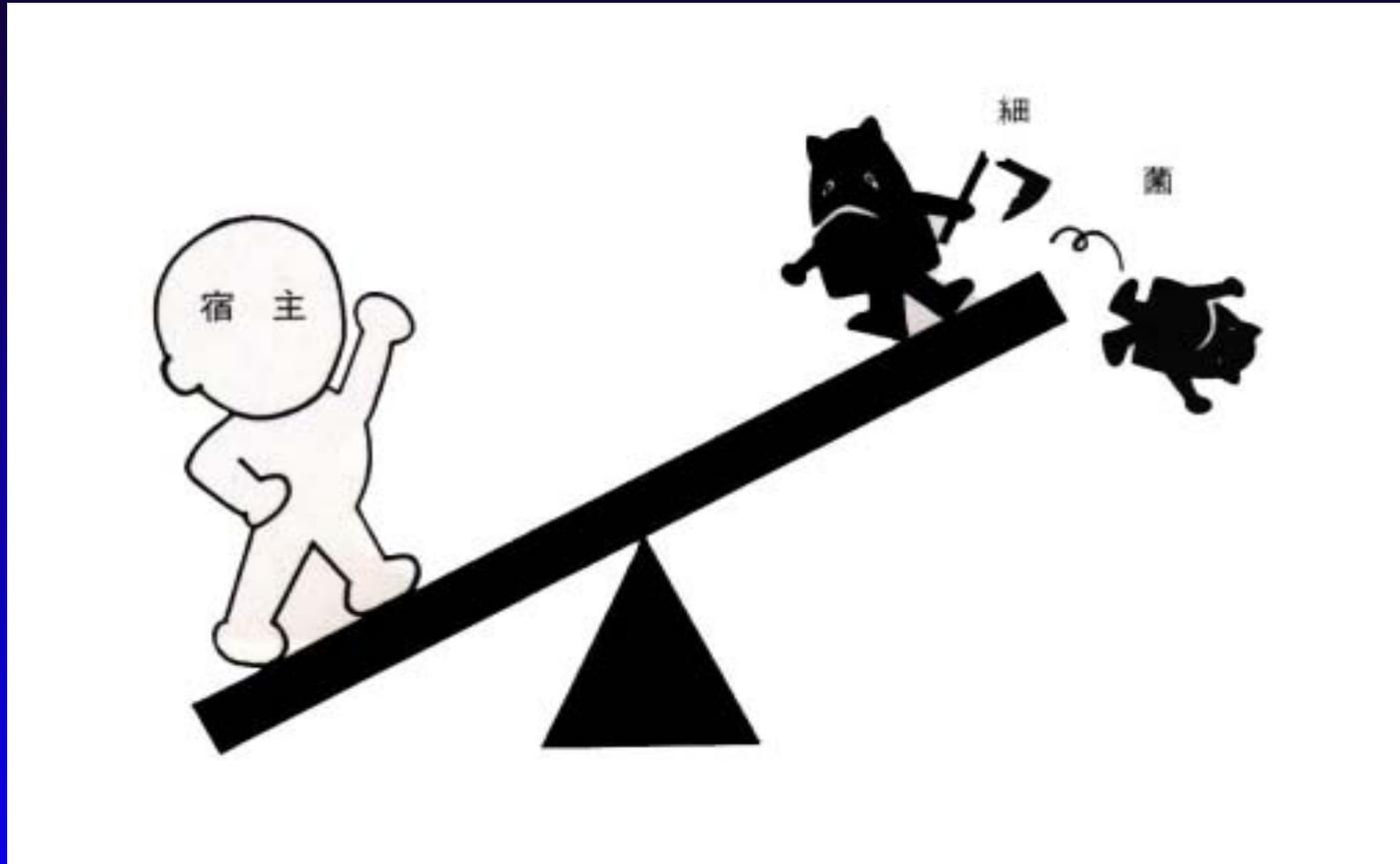
毛先を歯と歯の間に差し込むように  
7~8回出し入れする。



治療前



治療後



ヒト (歯, 歯ぐきなど) > ばい菌  
人間がばい菌より強ければ  
病気は防げる

## 「喫煙」と「歯そこのう漏」

報告者 (年)	なりやすさ(吸わない人の)
栗石 <sub>他</sub> (1998)	2.1倍
ドラ <sub>ン他</sub> (1997)	1.9倍
サッキ <sub>他</sub> (1995)	1.7倍
ブラウン <sub>他</sub> (1994)	2.7倍

(健康日本21より)

たばこを吸う人は歯そこのう漏になりやすい!!

# 「糖尿病」と「歯そこのう漏」

糖尿病患者と歯周病の重症度には  
関連がある

(日歯周誌)



## 「ストレス」と「歯そこのう漏」

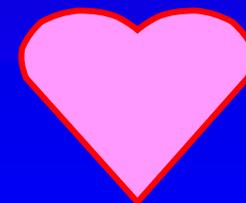
ストレスや歯ぎしりの癖がある人は  
歯そこのう漏が悪化しやすい



# 歯そこのう漏と全身疾患とのかかわり 1

歯そこのう漏の進んでいる人に  
心疾患・循環器疾患の患者が多い

(日歯周誌)



# 歯そこのう漏と全身疾患とのかかわり 2

歯そこのう漏のある母親と低体重児  
出産に関連がある

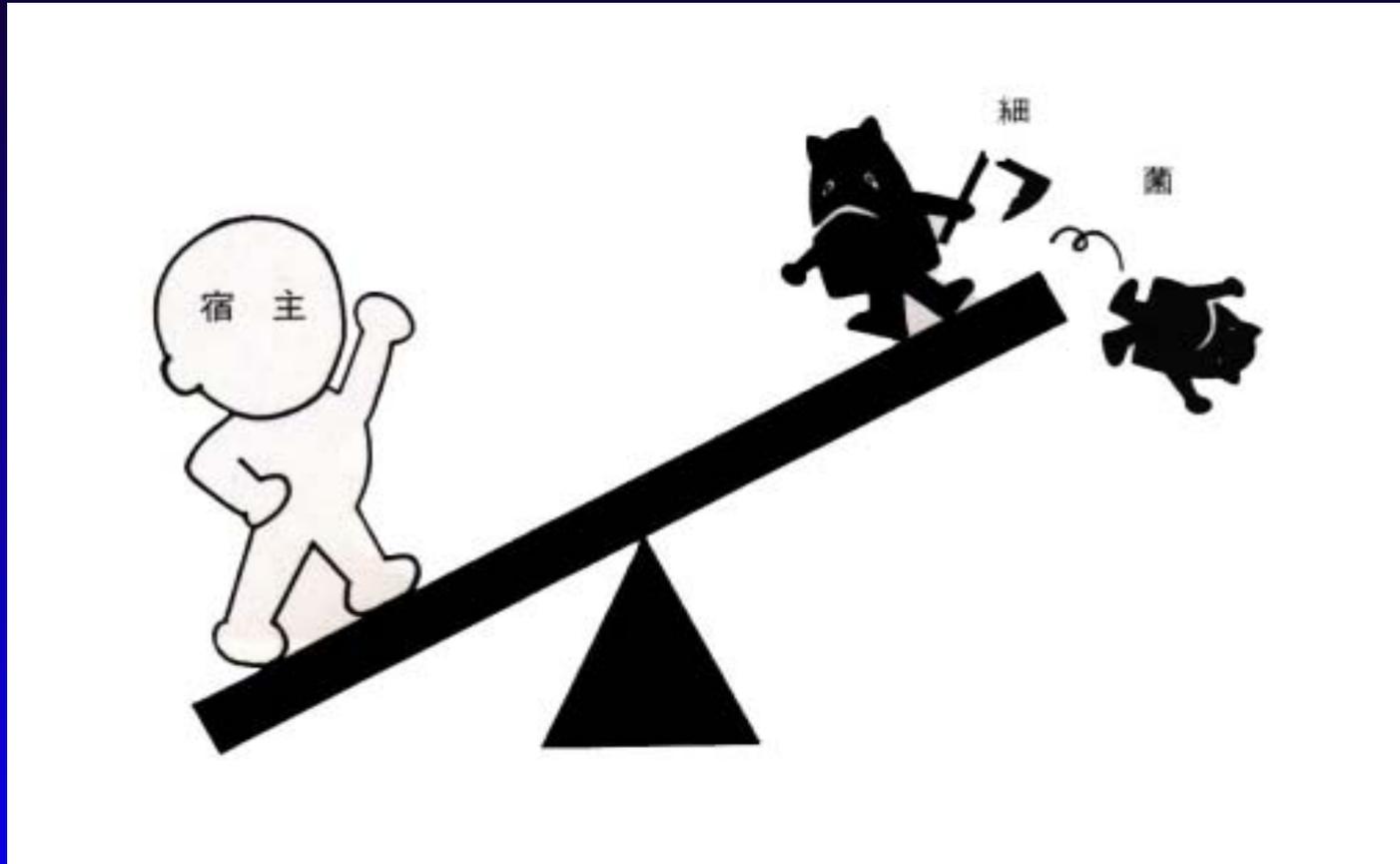
(J Periodontol.)



## 歯そこのう漏と全身疾患とのかかわり 3

歯そこのう漏がひどいと  
手術に支障をきたすことがある。





ヒト (歯, 歯ぐきなど) > ばい菌  
人間がばい菌より強ければ  
病気は防げる

# 歯そこのう漏予防法の効果と推奨度

予防方法	信用度	お勧め度
歯垢・歯石の除去		A
家庭における口腔衛生		A
専門家による歯石除去等と 個人口腔衛生の組み合わせ		A
うがい薬(クロルヘキシジン・ハイリスク者のみ)		A
定期的歯科検診のみ		C

(米国予防医学研究班)

歯そこのう漏は30代から少しずつ  
痛みもなく始まっています

40歳代後半からは歯も抜け始めてきます



手遅れになる前に  
適切に予防したいものですね