

禁煙シリーズ38

タバコと口の健康

タバコを吸う人は吸わない人に比べて歯周病にかかりやすく、悪化しやすいことが分かっています。また、歯周病の治療を行っても、治療後の治りが悪くなってしまいます。

体の中で最初に喫煙の影響を受けるのはどこでしょう？

それは口です。タバコの煙や成分は、口の中に入ると粘膜や歯ぐきから吸収されます。吸収されたタバコの有害物質は、血管を収縮し、歯ぐきの血流量を減少させます。血液循環が悪化して歯ぐきに十分な酸素がいきわたらなくなると、歯周ポケットの中で歯周病の原因となる細菌が繁殖しやすくなります。



細菌が産生する毒素は歯周ポケットをさらに深めるとともに歯を支える骨を溶かし、進行すると歯がぐらぐらするようになり、さらに進むと歯が失われます。喫煙者では血管収縮によって血行不良により炎症が抑えられるため、歯ぐきの出血や腫れが現れにくいことが特徴です。

タバコを吸っていても治療すれば大丈夫？

歯磨きと歯石除去は歯周病の基本治療とされていますが、喫煙者では十分な効果が期待できません。日本歯周病学会では、喫煙は歯周病を予防や治療を妨げる原因であるという認識に基づき、歯みがきと歯石除去を基本に、喫煙者の歯周病治療には禁煙が必要であるとしています。

禁煙するとどうなる？

禁煙すると歯ぐきの状態が回復し、免疫や細胞の働きが高まるため、歯周病のリスクが低下し治療効果が上がることが明らかになっています。ある程度進行した歯周病でも禁煙は有効であるといわれていますので、禁煙するのに遅いことはありません。



禁煙に挑戦しようかなと思ったら、
お気軽に保健管理センターにご相談ください

★禁煙相談は予約制です
★医師が禁煙のために必要と判断した場合、
ニコチンパッチを処方します