働きざかりを襲う歯周病

―歯周病の進行と予防法―

真岡歯科医院
真岡　淳之

人間は食事をして生きています．口に食物を運び噛み潰し，胃へ流し込む為に最初に行なわれるのが，歯による咀嚼です．ここで，骨等の異物を排除し，食物を細かく噛み砕き，内臓による消化を助けています．この咀嚼という作業がなくなるとどうなるのでしょうか？大きな食べ物は食べられず，食物は丸呑みになり，内臓にかける負担が増えてしまいます.

　今回の講演では咀嚼を阻害する２大疾患（ムシ歯，歯周病）のうち，歯周病についてお話を進めたいと考えています.

歯周病とは

　口腔内（特に歯と歯肉の境目）に生息する微生物による感染症です．
正常な状態では，歯肉は淡いピンク色で引き締まっていますが，歯肉が炎症を起こすと，赤くなり，磨くと出血しやすく，触れると痛む事もあります．この状態が歯肉炎の状態で，この状態が長く続くと，歯周病になります．歯周病になっても初期症状は殆どなく，気づかない間に進行します．

　歯周病が進行し，重度になると歯はぐらつきはじめ，膿が出始め，口臭が出てくる事もあります．そして，さらに進行すると，歯が抜けてしまうという事もあります．

歯周病の主な症状

1. 歯ぐきが赤くなる
2. 腫れ始める
3. 痒いような痛いような感覚
4. 歯磨きの際に出血を伴う
5. 口臭がする

6. 冷たいものがしみる

7. 歯の根っこが見えてくる

8. 歯が動くようになる

9. 歯並び自体が変わってくる

10. 物を噛むと痛みが生じる

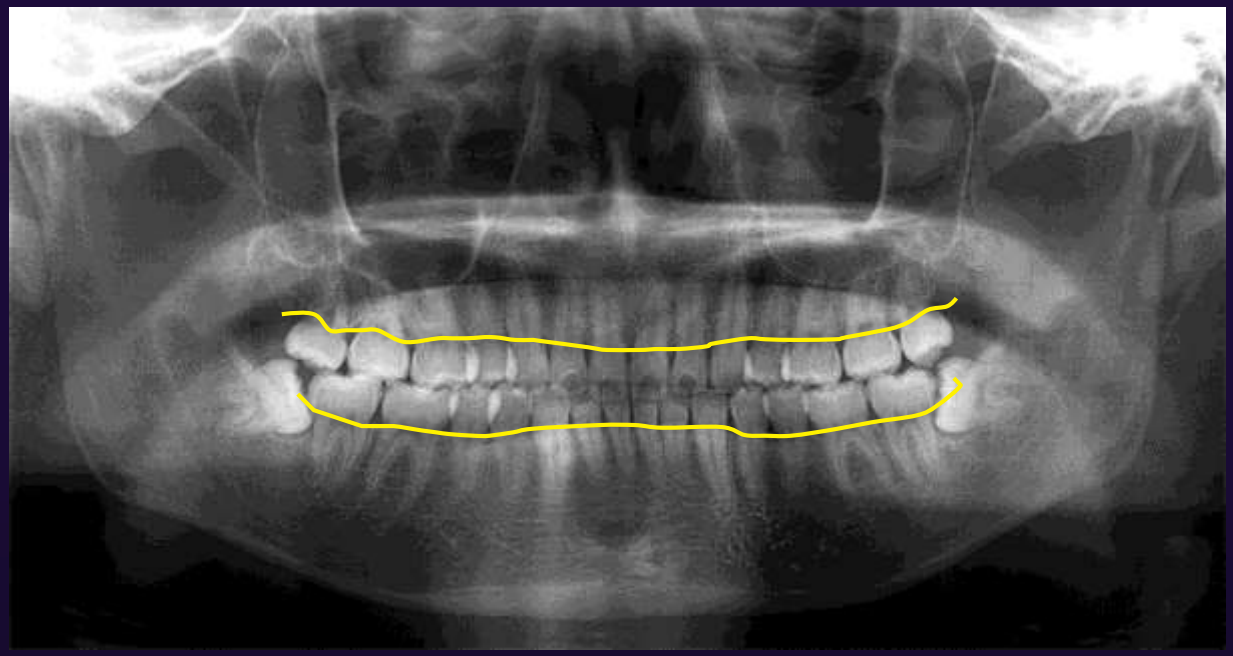
歯肉炎と歯周炎

歯肉炎

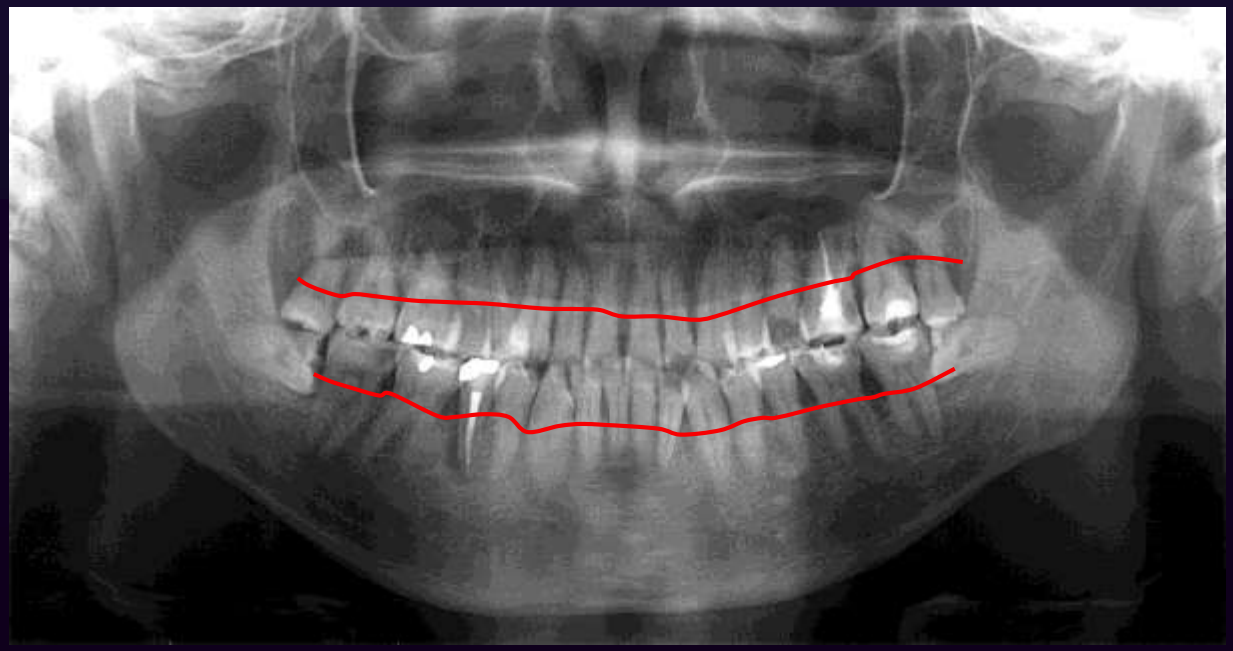
歯周炎

のライン

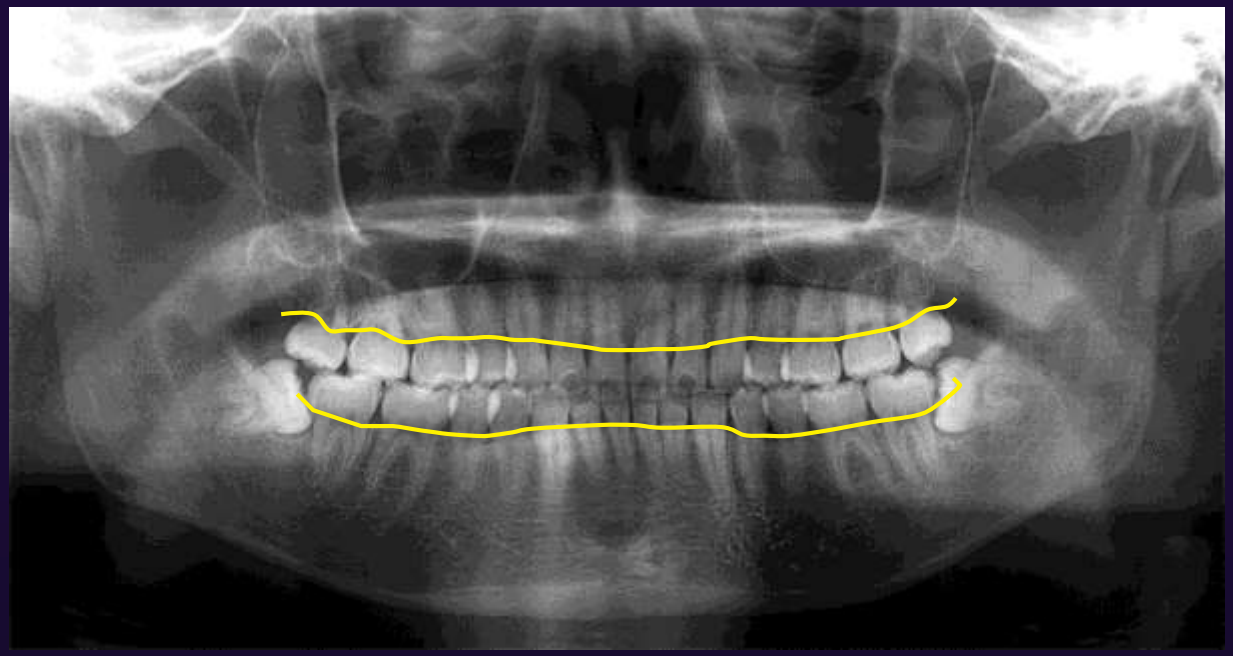
のライン



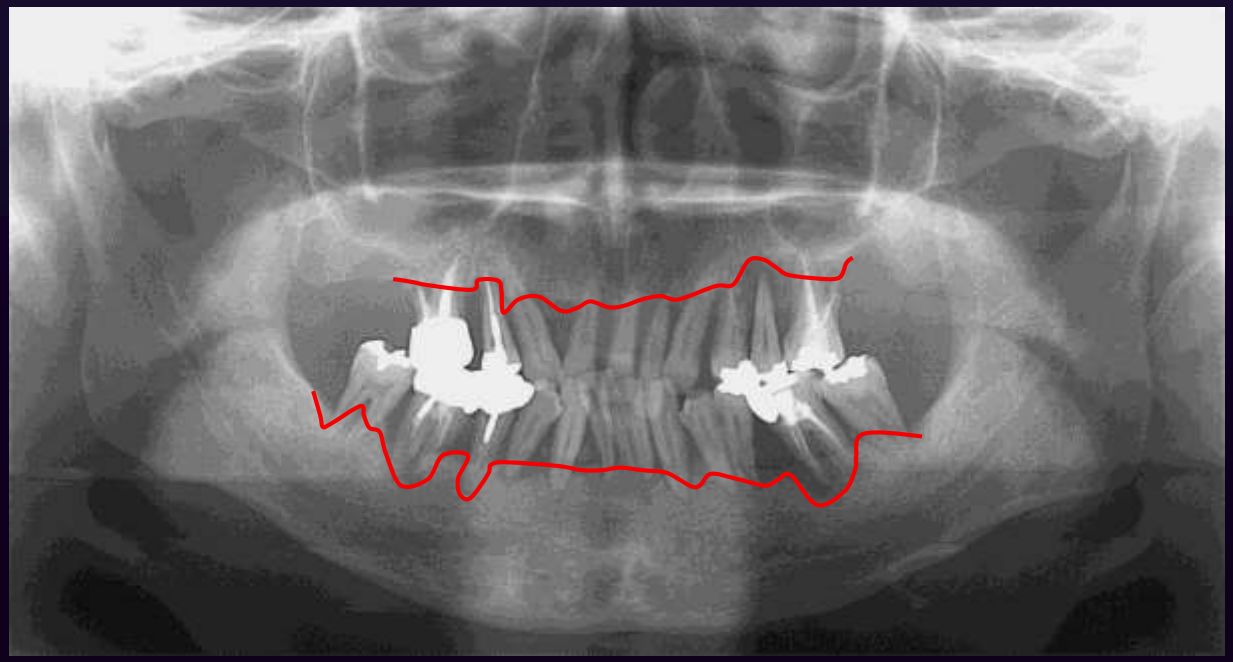
健康な方の
レントゲン写真



歯周病患者の
レントゲン写真

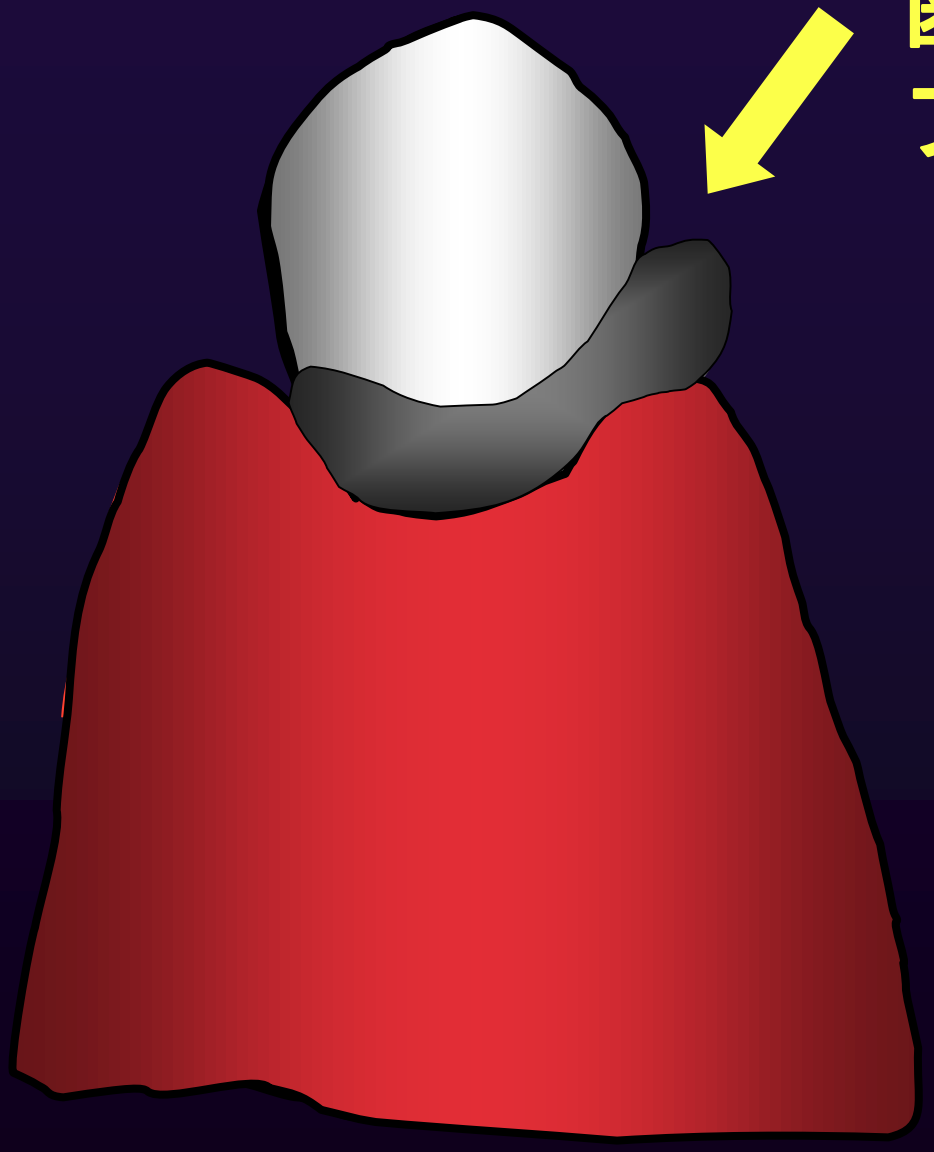


健康な方の
レントゲン写真

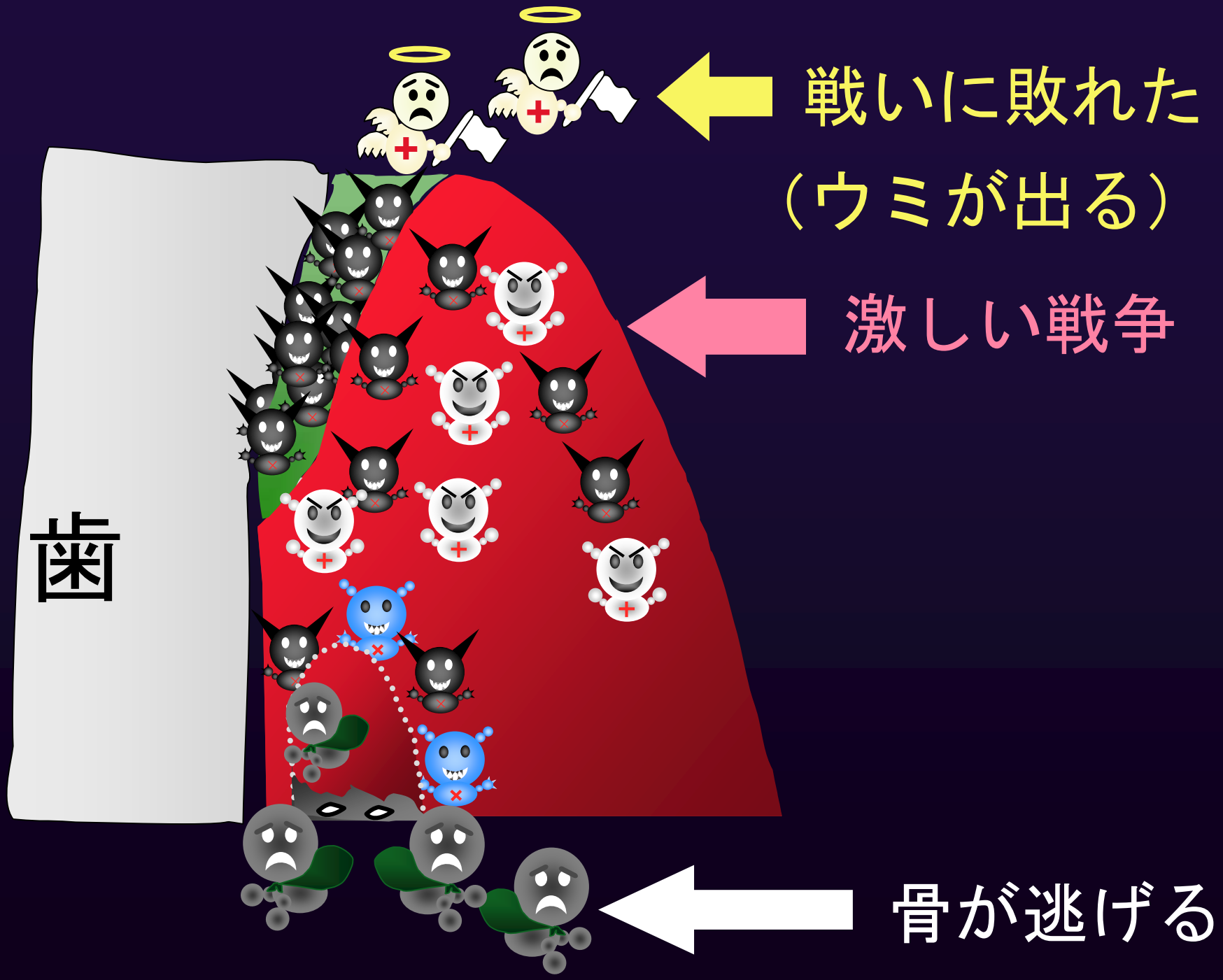


高度に進行した
歯周病患者の
レントゲン写真

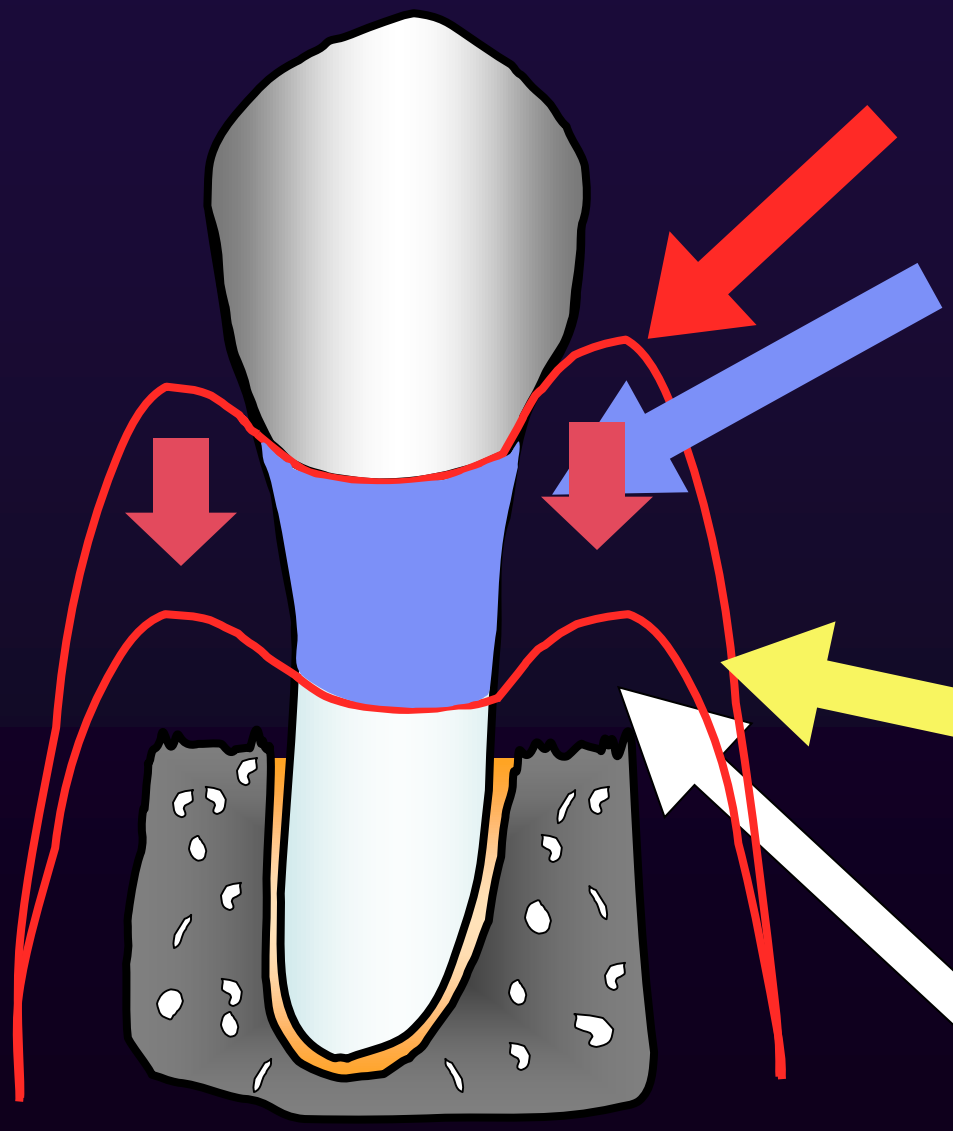
ではなぜ
歯周病が進行するのでしょうか？



歯肉直上に付いた
プラーク


戦いに敗れた
（ウミが出る）
激しい戦争
歯
骨が逃げる

歯周病になると



歯肉は腫れている状態

これは，病気

歯の根が出てしまう
しかし，外から歯を
守る構造になってない

だから，しみる

歯をみがくと歯肉は
下がる

これはいいこと！

骨が溶けてくる

QuickTimeý Ç²
ÉVÉIÉpÉbÉN êLí£ÉvÉçÉOÉâÉÄ
Ç™Ç±ÇÃÉsÉNÉ`ÉÉÇ¾å©ÇÈÇžÇ½Ç…ÇÕïKóvÇ-ÇÅB

環境因子について

- 口腔清掃不良
- ストレス
- 不規則な生活
- 飲酒，食生活
- 喫煙

患者様の努力により変化可能

宿主因子について

- 年齢
- 人種
- 歯数
- 免疫液性因子
- 全身疾患

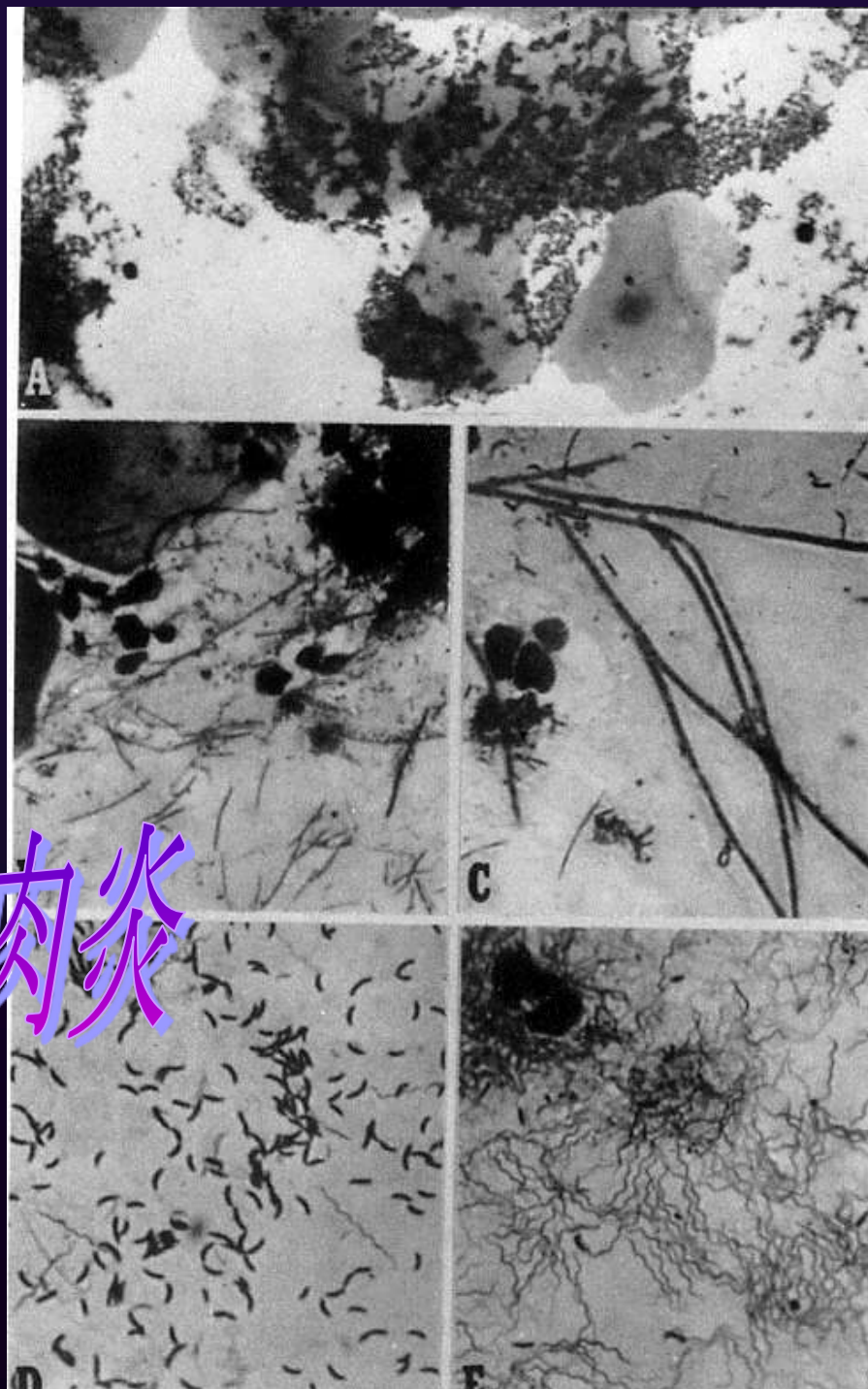
病因因子について

- プラーク（縁上，縁下）
- 歯石（縁上，縁下）
- 歯周病関連細菌
- 外傷性因子

歯科医師による治療が必要

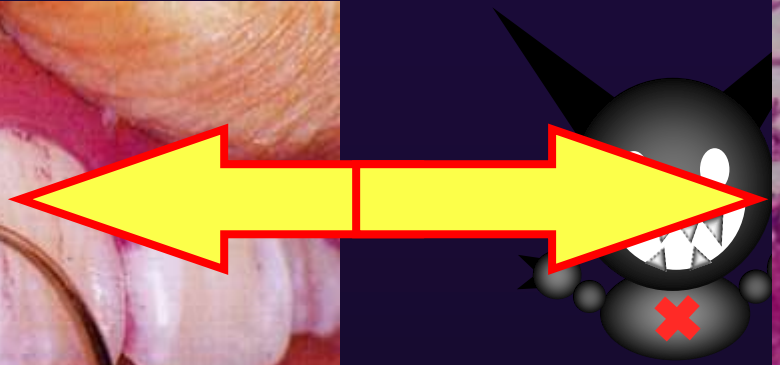
QuickTimeý Ç²
ÉvÉIÉpÉbÉN êLíÉÉvÉçÉOÉâÉÄ
Ç™Ç±ÇÄÉsÉNÉ·ÉÉÇ¼à©ÇÈÇ‡Ç½Ç…ÇÕïKóvÇ-ÇÅB

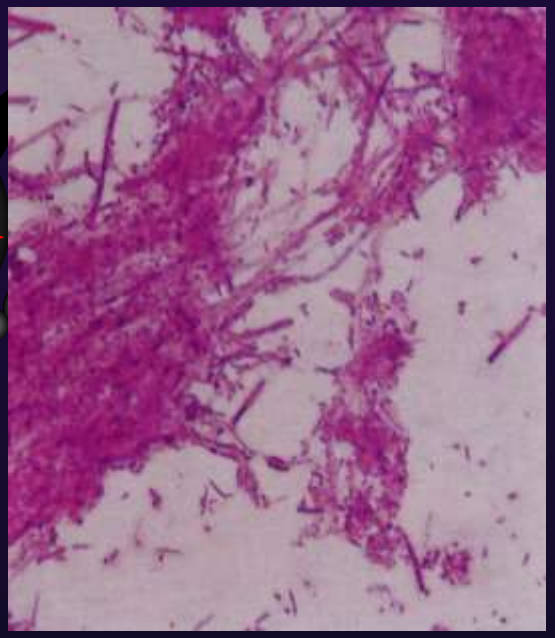
歯を磨かないと！
世界初の実験的歯肉炎



Löe & Jensen (1965)

まず，細菌を見つけないと





これが細菌

＝プラーク
（歯垢）

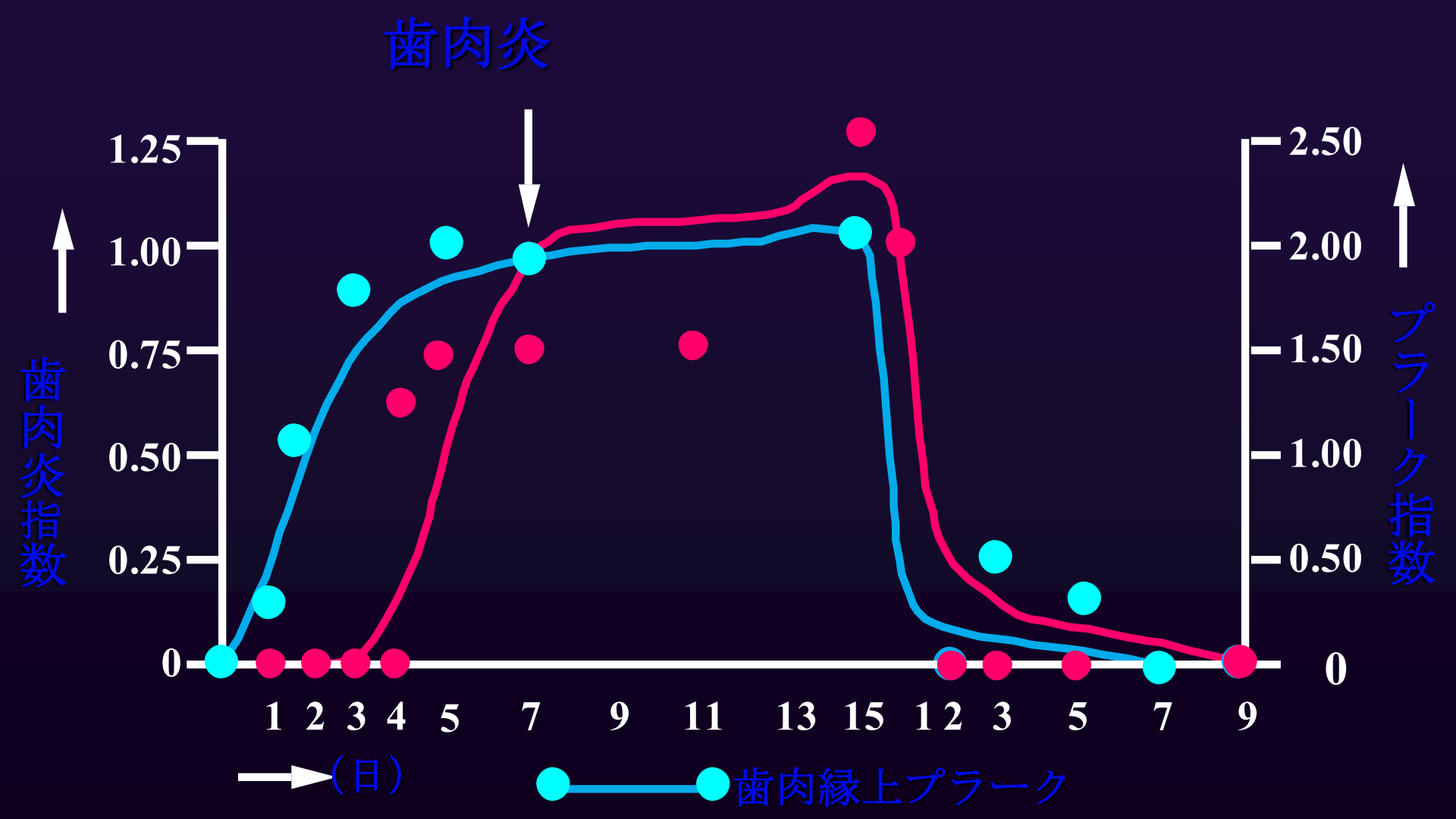
細菌は，どこにいる？？

身を守るため，進化した

細菌も保護色を使ってる！
こんなに，細菌に汚されている！
歯肉が腫れている

歯肉の変化

歯肉縁上プラークと歯肉炎の関係



Löë (1965)より改変

歯周病治療とは？

歯周病治療の順序

1. ブラッシング

2. 歯石除去，歯周外科

3. メインテナンス

ブラッシングについて

ブラッシング
の必要性を理解 ➡ テクニック
（技術の習得） ➡ ブラッシング
の習慣化

テクニックについて考察すると！

スポーツをしている人
イチロー → ３歳からバットを振って練習している
石川　遼 → ６歳からクラブを振っている

他にも
ピアノ，バイオリン，書道，柔道，剣道，

こういったものも短期間ではプロと言われるレベルにはならない

一番分かりやすい例えとしては，仕事ではないでしょうか

入社一日目からその部署で何でもできる人はいないはずです.

指導者がするべき仕事を教え，それを学び実践し
少しずつ習得している.

そこで，皆さんは努力して，一つ一つの仕事を覚え，技術を
習得し，会社の維持に貢献している.

仕事をできるまでに何日かかりましたか？

ではブラッシングはどうでしょうか？

やっているけれど，確実に汚れが取れている人は少ない．

指導者が歯の表面への当て方，動かし方を教え，
それを学び実践し少しずつ習得していく．

そこで，皆さんは努力して，ブラッシングの感覚を磨き，
技術を習得し，自分の健康の維持に貢献していく．

ブラッシングを確実にできるまでに何日かかるでしょう？

今回は，口の中の病気（特に歯周病）に対して

技術の習得を行い口腔環境の良好な維持を行う事を目的としています．

技術の習得には何日かかるでしょうか？
（今日１日では技術の習得はできない可能性が高い．）

毎日の積み重ねとブラッシングへのこだわり

1，細部を見る目

2，歯とブラシの接触

3，接触角度

4，動かし方

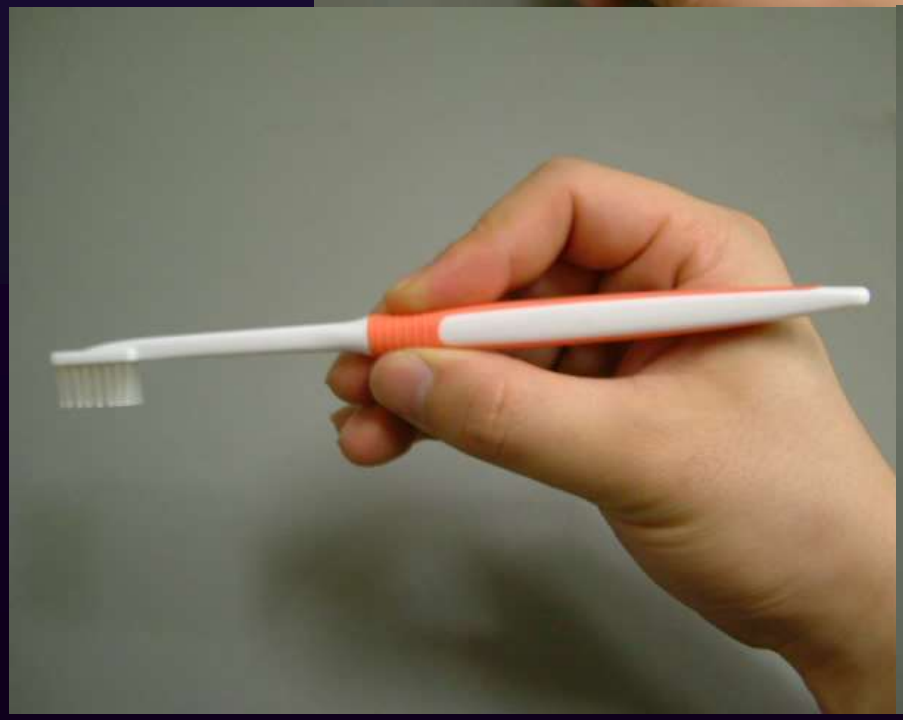
→ 鏡で確認

5，指先での感覚

6，歯肉への接触感覚

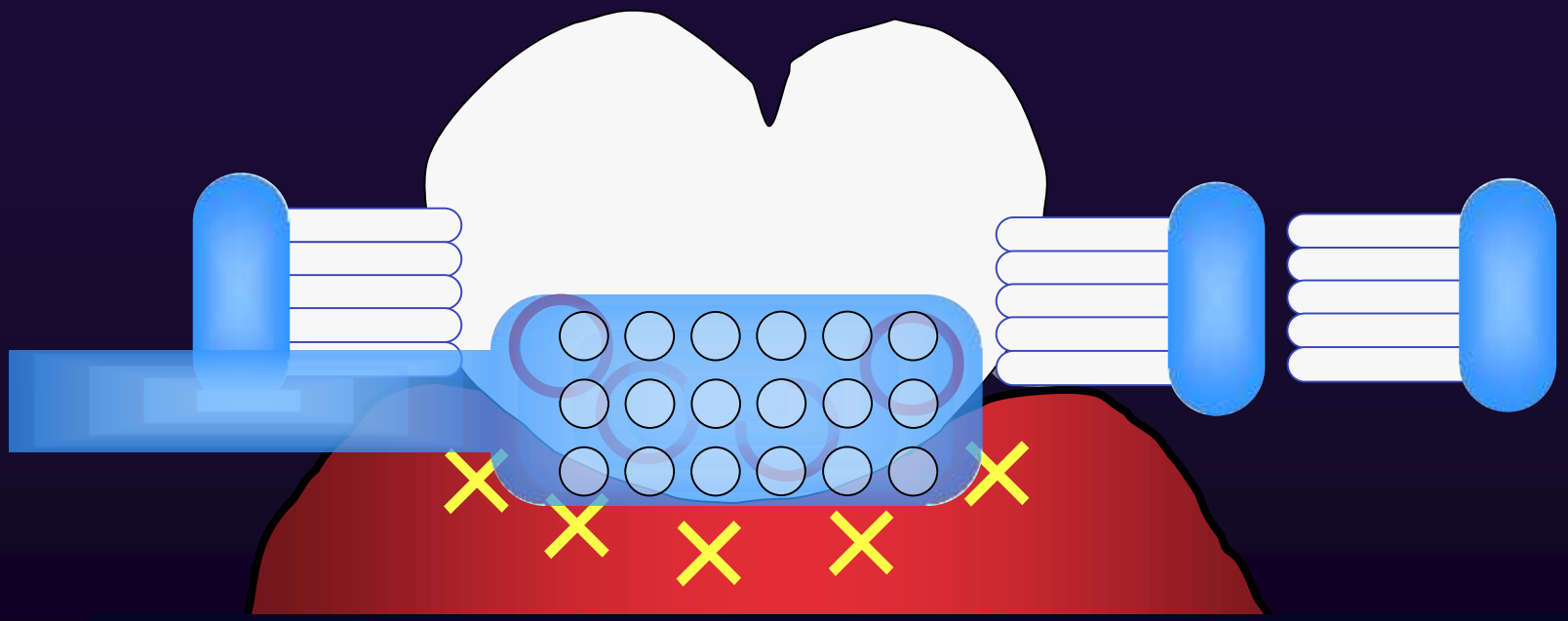
→ 個人の感覚

①　正しく持つ　鉛筆持ち



②　正しく当てる

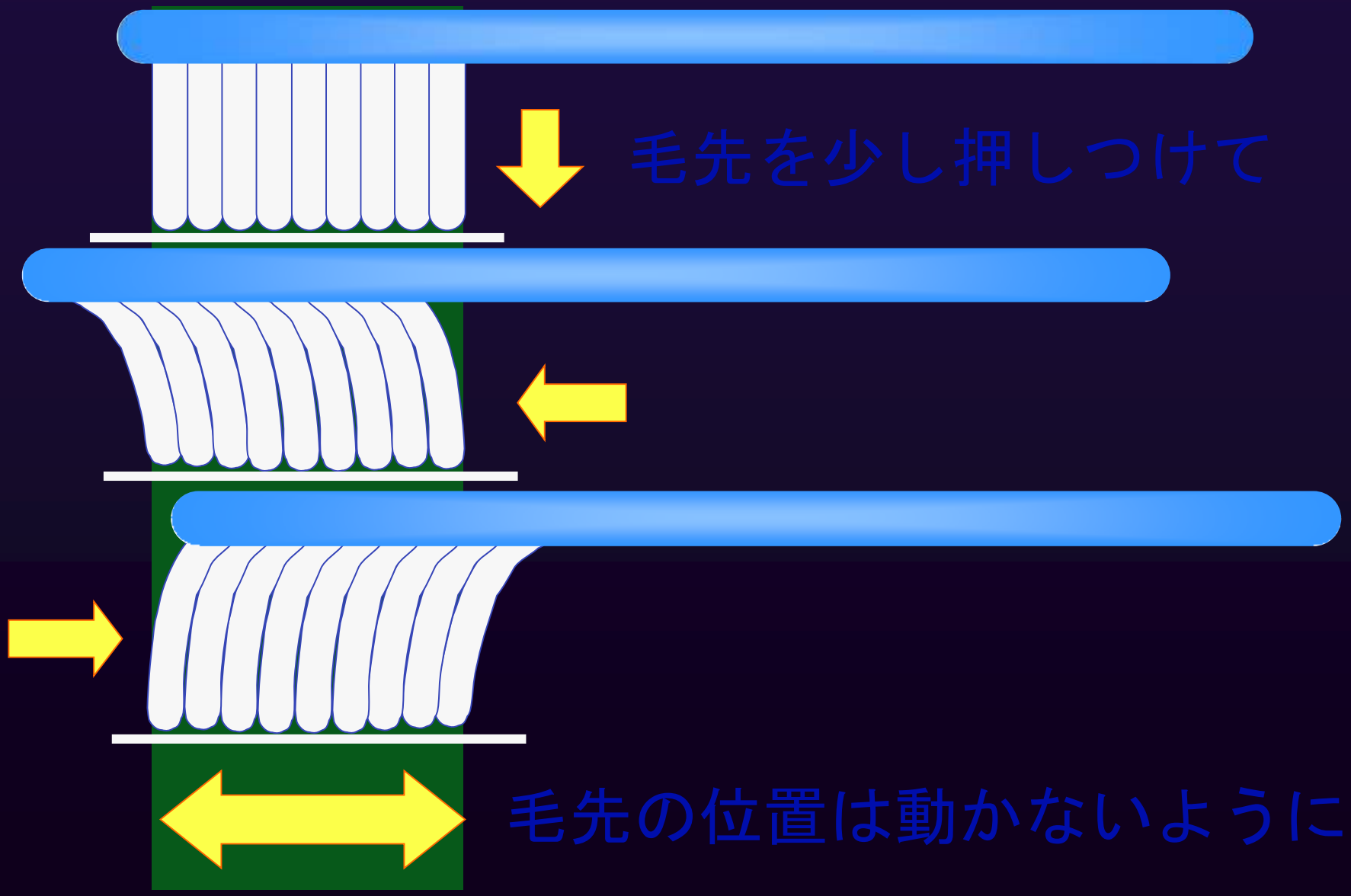
歯周病



歯と歯ぐきの間の　歯　に当てる

×　歯ぐきのマッサージは，　×！

③　細かく動かす



QuickTimeý Ç²
ÉVÉ|ÉpÉbÉN êLí£ÉvÉçÉOÉâÉÄ
Ç™Ç±ÇÃÉsÉNÉ`ÉÉÇ¾å©ÇÈÇžÇ½Ç…ÇÕïKóvÇ-ÇÅB

QuickTimeý Ç²
ÉVÉIÉpÉbÉN êLí£ÉvÉçÉOÉâÉÄ
Ç™Ç±ÇÃÉsÉNÉ`ÉÉÇ¾å©ÇÈÇžÇ½Ç…ÇÕïKóvÇ-ÇÅB

ブラッシング指導初期に気づかなかった問題点

フロスカット

　歯周病治療は，患者さんが治したいという意識（モチベーション）がないと成功しません.

　患者さんが治療の必要性を感じない原因は歯周病は歯を支えている土台が破壊される病気であるにもかかわらず，その進行には痛みや不快感を伴わない事が多いため，気づいたときには手遅れになることが多い病気だからです.

歯周病治療の順序

1. ブラッシング

2. 歯石除去，歯周外科

3. メインテナンス

初診時

主訴：歯肉が腫れた

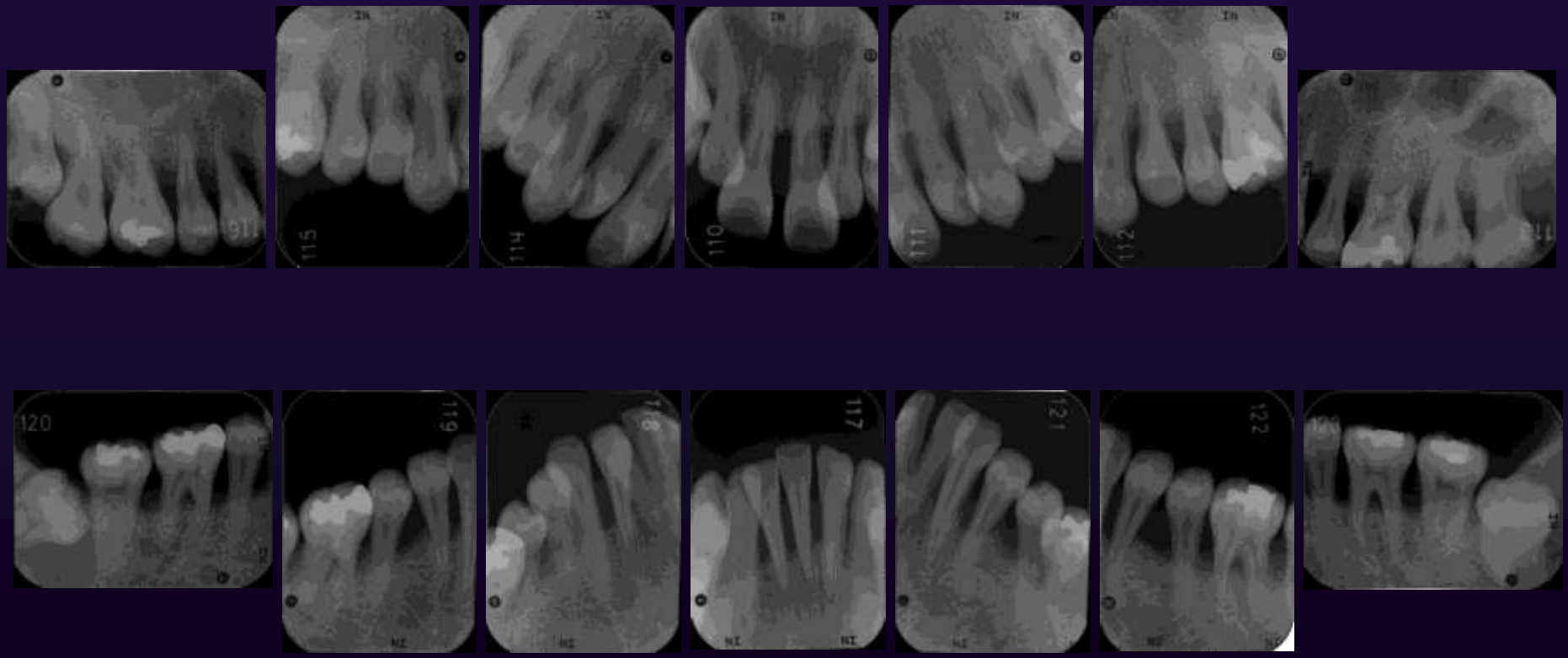
初診時

ブラッシング状態改善後

治療終了時

1/1.5x

初診時エックス線写真



歯周ポケット検査時術後口腔内写真(2018.4.11)

歯周病治療の順序

1. ブラッシング

2. 歯石除去，歯周外科

3. メインテナンス

歯肉剥離掻爬術時

2008.10.17

2008.10.17

2008.10.23

←2008.11.6

目的　1．歯肉の腫脹部の切除（スキャロップ状の歯肉へ）
　　2．骨の整形（頰側骨の整形，棚状の骨の改善）
　　3．歯周ポケットの除去

再生療法

■再生療法について

歯周組織の破壊がひどい場合には、歯周組織を回復させるための手術(歯周外科手術)が必要になります。この手術の際に、歯周組織再生誘導材料(エムドゲイン・GTR)という材料を使用し歯周組織の改善させる治療法です.

■エムドゲイン

スウェーデンのビオラ社で開発された新しい歯周組織再生誘導材料です。エムドゲインの主成分は、子供の頃、歯が生えてくる時に重要な働きをするたん白質の一種です。歯周外科手術の際に、手術部位にエムドゲインゲルを塗布することにより、歯の発生過程に似た環境を再現します。こうして、初めて歯が生えたときと同じような強固な付着機能をもつ歯周組織の再生を促すのです。

エムドゲインを行なった症例

治療前

治療後

レントゲン写真

歯周病治療の順序

1. ブラッシング

2. 歯石除去，再生療法

3. メインテナンス

メインテナンス

例題：車　最初の車検は3年目その後2年毎での点検
（会社によっては6ヶ月点検を推奨している．）

それでも20年同じ車に乗り続ける人は少ない．

本題：殆どの人は12歳位で永久歯は生え揃う．

人は70年程同じ体をつかいつづけなければならない．

メインテナンス

どうすれば，維持，コントロールできるでしょうか？

現在の所　メカニカルプラークコントロール

（歯ブラシ，フロス，歯間ブラシ）

↓

付着性プラークの除去効果高い

ケミカルプラークコントロール

（うがい薬，塗り薬）

↓

付着性プラークの除去効果低い

歯の治療の受け方を見直しましょう

悪いサイクル

治療を受ける
歯を削る抜く
→ 中断
→ 終了
→ 痛くなる

このサイクルは、削ったり抜いたりする歯がなくなるまで　繰り返されます。

良いサイクル

治療を受ける → 治療終了 → 定期検診
定期検診 → 虫歯、歯周病の発見
定期検診 → 異常なし
繰り返し

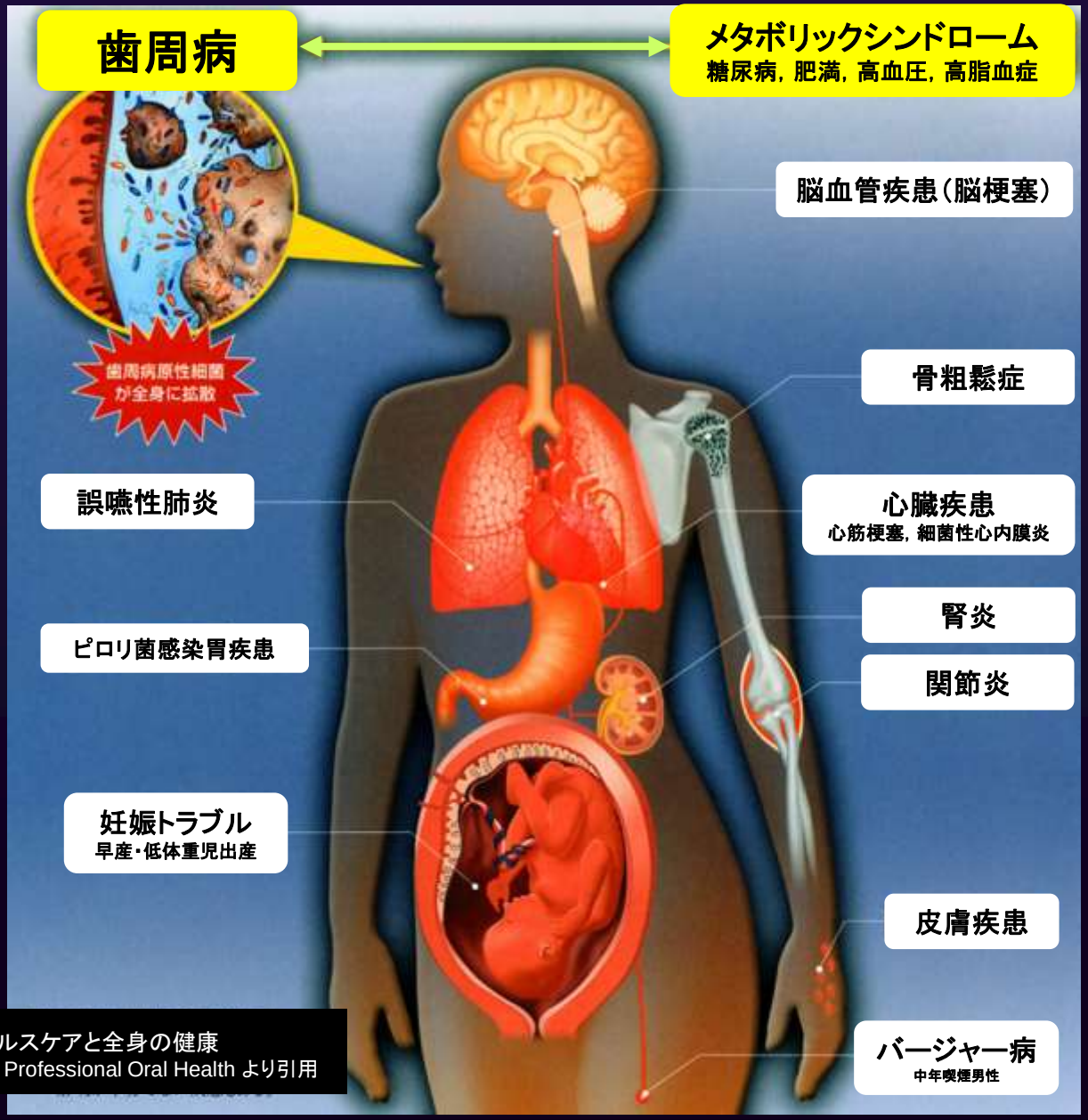
この繰りかえしをされている限り、いつまでも健康な歯を保つことができます。
治療を行うにしても最小限の治療ですみます。

ブラッシングをしないと
こちらのサイクルになりやすい

ブラッシングをすると
こちらのサイクルになりやすい

歯周病と全身的疾患との関係

歯周病が関わる全身疾患



オーラルヘルスケアと全身の健康
Oral-B P&G Professional Oral Health より引用

因果関係が明らかなものや関与の程度に違いのあるものがある．また，解明が十分でない疾患もある．

　歯周病は初期では痛み等の症状がなく，そうした症状が出てきた時には進行してしまっている病気です．

　しかし，歯周病はコントロールできる疾患ですので，プラークコントロールの技術をマスターし，自分の歯を少しでも長く大切に使ってください．