

# ドクター通信

⑰

## 歯周病ってなに？

市立総合病院歯科部長 戸田正典

歯の病気の代名詞といわれている歯槽膿漏。スター級の知名度ですが、じつは歯槽膿漏も歯周病の一つにすぎません。歯周病というのは歯肉の病気の総称で、「歯肉炎」と「歯槽膿漏症」の二つに大別することができま

す。歯肉炎というのは歯肉だけの炎症で、歯肉が赤く充血してブヨブヨにはれ、出血したり、ただれたりという症状がみられます。十歳前後をピークに、比較的若い層に多くみられるのが特徴です。

この歯肉炎が進行した症状が歯槽膿漏です。歯肉はもちろん、歯根膜、歯槽骨(あごの骨)までも侵してしまうコワイ病気です。元凶は歯の表面についていたプラーク(歯垢)中の細菌。これが骨を

溶かしていきます。歯という建物を支える柱がなくなるわけですから、歯はぐらぐらになって抜けてしまいます。

歯槽膿漏は十歳のころから増えはじめ、特に二十代後半からは急増、三十五歳ぐらいではほとんどの人が歯槽膿漏の症状をもっているといわれています。

## 歯周病の原因

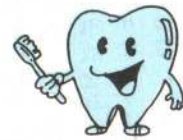
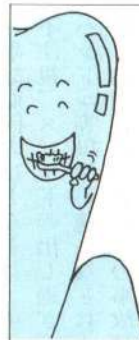
一番の原因は口の中の汚れです。そのほか、歯ブラシの使い方が悪かったり、つまようじで歯肉を傷つけたり、義歯や充填物の不適合で歯肉を傷つけたりすることも原因に。また、疲労やホルモンのアンバランス、ビタミンCの欠乏なども原因となります。

## 予防と定期検診で

### 明るい歯生活

定期的に入間ドックに入っている人でも、歯の定期検診は案外忘れていたもの。

- バイ菌がプラークを形成するには24時間かかります。
- 正しいブラッシングで毎日プラークを取り除きましょう。
- 歯垢染出剤であなたの歯がどれくらいきれいになったか確認してみよう。



歯周病予防は、規則正しい生活を心がけ、プラークのできやすい砂糖やファーストフードをひかえること、正しい歯磨きをすることですが、これにプラスしたいのは、半年に一回、定期検診を受けることです。

定期検診では、きちんとした食生活をしているかどうかの確認や、歯石の有無、歯肉のはれなどをチェックするほか、正しいブラッシングを指導したり、歯石を取り除いたり、健康な歯生活づくりのお手伝いをしています。

特に、歯槽膿漏は気づいたときにはもう手遅れ。『予防に勝る医療なし』というのは歯も同じです。健康は口から、ぜひ定期検診の受診をおすすめします。

守りたい。。。残したい。。。

## 並木・名園・名木 ⑥

有浦観音堂の銀杏「公孫樹」

○所在・大館市有浦4丁目1311-2

(有浦小学校隣接)

○所有者・宗教学法人大館神明社

(管理者・代表役員 佐藤 文彦氏)

○由来・特色

この公孫樹は、有浦小学校の校門をくぐってすぐ右側に、有浦観音を守護するかのようにならびえています。有浦観音は今から四百年ほど前、天正年間(一五七三〜一五九二)、斎藤氏の祖先が付近の田の中から発見し、一草堂を建てて安置したのが始まりと伝えられています。公孫樹の方は有浦観音堂創建当時の植栽ではなく、江戸時代前期、元禄年間ごろのものと思われる。推定樹齢約三百年、樹高約二十m、胸高周囲は四m二十三cmです。

樹勢はすこぶる盛ん。すっきりとしたその姿は、見る見るぼくらのいちようの大樹“つくるよ品格大樹のように”と有浦小学校歌にうたわれ、先生や児童にはもちろん、地域の人々に愛されています。緑の葉をいっぱいにつけた公孫樹。金色の衣をまとったように輝きだすのは、もうすぐです。

