



「白い宝石のはなし」

よくある質問シリーズ 第2回

むし歯に関するQ&A

加藤 元 (日本アイ・ビー・エム健康保険組合 予防歯科)

前回に引き続き、社員向けの歯科予防プログラム (p-Dental 21) の参加者からよく質問される項目を取り上げ、Q&A形式でご紹介します。

Q1. 50代社員、歯科健診で初めてむし歯が見つかりました。小さいころからむし歯知らず、今後もずっと無縁だと思っていたのですが？

むし歯は、歯垢の中にいるミュータンス菌が、食べ物の糖を分解して酸を作り出し、その酸によって歯が溶けてしまう病気です。若い人は、かみあわせの溝や歯と歯の間にむし歯ができることが多いのですが、40代以降は、歯の根元にできる根面（こんめん）むし歯が増えてきます。

根面むし歯は、ミュータンス菌とは別の菌が関与している可能性があり、今までむし歯とは無縁だった人も、根面むし歯ができてしまうことがあります。

本来、歯の根元は歯肉に覆われてい

ますが、歯肉が下がるとエナメル質より酸に弱い象牙質が露出し、むし歯がでやすくなります（図1）。歯肉が下がる原因には、進行した歯周病以外にも、歯周病が治癒し歯肉がひきしまった場合や歯ブラシを強くあてすぎた場合などがあります。予防意識が高まり、歯が多く残るようになった反面、むし歯が増えるという皮肉な現象が起きているのです。

対処法としては、①歯垢がたまりやすい歯の根元を、力を入れ過ぎずに歯ブラシを細かく丁寧に動かしみがくこと、②就寝前にはむし歯予防に効果的なフッ素化合物を配合した歯みがき剤やジェルを仕上げに使い、少量の水で軽くうがいする程度としてフッ素を残すこと、③歯科医院で定期的にチェックを受け、高濃度のフッ素化合物を塗布してもらうことがあげられます。また、砂糖が入った飴（のど飴も）や清涼飲料水を長

い時間かけてだらだら摂らないことも大切です。口が乾燥しやすい年代では、むし歯を誘発させないガムをかむ、飲み物はお茶にするなどの工夫も必要でしょう。

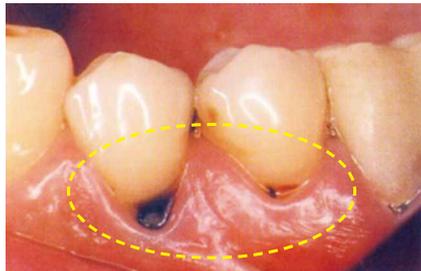
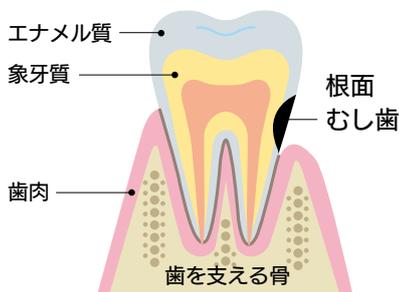
Q2. 神経をとった歯が痛くなることがあります。どうしてでしょうか？また時々歯の根元あたりの歯肉がぷくっと腫れることもあります。

むし歯が歯の中の神経（歯髄 しずい）に近づくと痛みが出ます。その場合には、炎症が起きてしまった神経を除去して、その神経がはいていた根管にパッキング剤をつめる根管治療（こんかんちりょう）を行います。

この治療により痛みは治まりますが、治療中や治療後に、何かしらの原因で根管の中に細菌が入りこむと、歯と顎の骨の間にある歯根膜に炎症が広がって痛みを生じます。さらに、この炎症が慢性的になると、神経をとる治療をしてからしばらくして、歯の根の先端の顎の骨の中に膿がたまるようになり、その膿が粘膜内に流れ出て、歯肉がぷくっと腫れます（図2）。この腫れはときどき自然に潰れて膿が出切ると一時的に引きますが、放置するとまた体調が悪いとき等に膿がたまって再度腫れてきます。

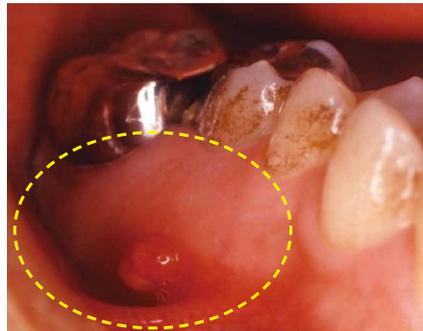
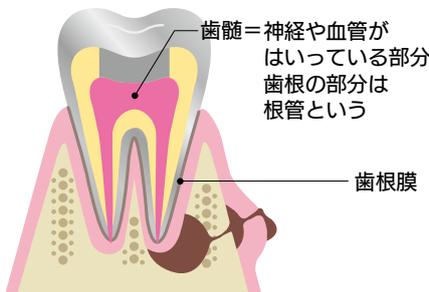
根の先にできた病巣が小さいうちは、根管を再治療することで健康を取り戻すことができます。放置しないで、歯科医院でみてもらいましょう。

図1 根面むし歯



歯ブラシの誤用で歯肉がさがり、露出した歯の根にできたむし歯

図2 神経をとった歯の病気



歯の根の先端部分に膿がたまり、歯肉まで広がって腫れた状態