

歯周病とは、歯肉や歯の周りの骨などの組織に炎症がおこって歯周組織が破壊されてしまう病気で、悪化するとグラグラして咬めなくなり、最後には歯が抜けてしまいます



まず、**歯周病**も、最初は虫歯ができるまでと同じ流れになります。歯周病も虫歯も砂糖を取る（食事をする）ことから始まります。では一体どうして砂糖が虫歯ではなく歯周病にまで関わってくるのか、ちょっと見ていきましょう。



砂糖が食事やお菓子などで口の中に入ってきました。しかしこのままだと虫歯はできないんですね。歯周病も一緒です。ここから出てくるのがミュータンス菌です。ミュータンス菌は砂糖をモグモグ食べて分解します。ミュータンス菌は砂糖を大きく分けて2つ、自分達のエネルギーと、ねばねばした歯垢（プラーク）の素にしています。





砂糖をできるだけ控えれば、細菌にエネルギーを与えないで弱らせることができるんだ



すべってくっつけない

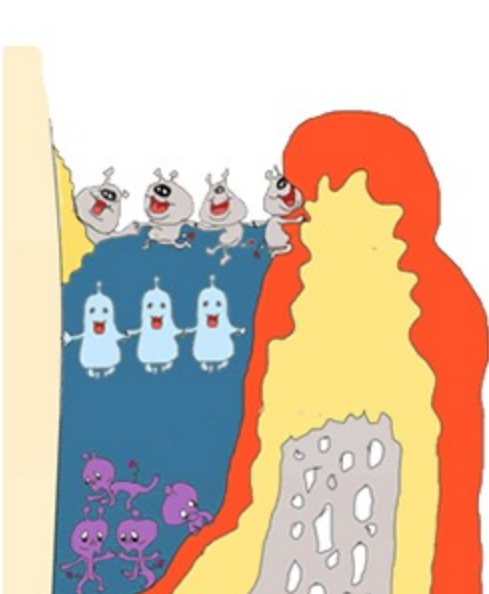


これでパッチリ！



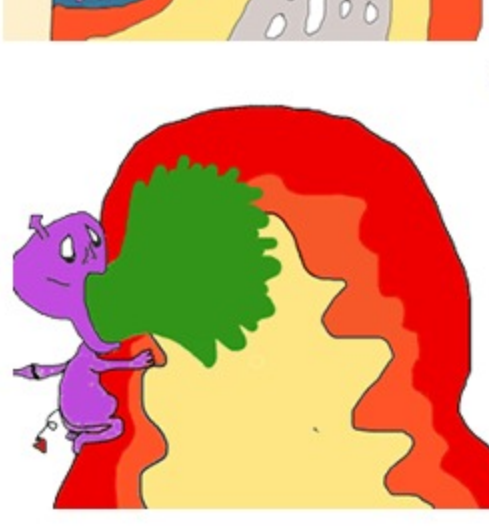
歯に歯垢（プラーク）が付着することで、ミュータンス菌が歯に滑らずにくっつくことができるようになります。歯垢、歯石がついていない歯にミュータンス菌は留まることができません。歯垢がつくことで歯に住み着くことができるようになるのですね。

歯ブラシで歯垢をこまめに落とせば、ミュータンス菌は歯に付くことができなくなるんだね！歯磨きは大事だね！

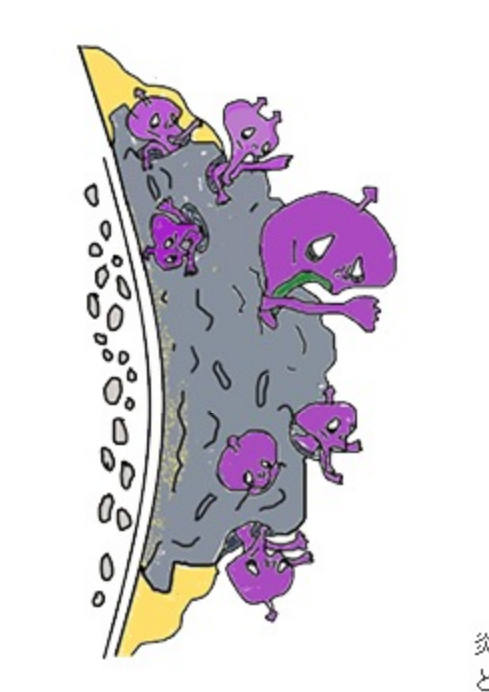


最初は虫歯のミュータンス菌がどんどん歯垢の中に増えていきます。そして、ミュータンス菌は仲間の菌をたくさん呼び始めます。

そうすると、暗いところが好きで空気（酸素）が嫌いな歯周病菌は歯周ポケットの深いところに続々と集まってきます。



歯周病原菌が歯周ポケットに集まってくると歯肉を攻撃し始めて、プラークが歯に付着後、2～4日で炎症が起こり始めます。この、歯肉にだけ炎症が起きている状態を歯肉炎と呼びます。症状として、色は、正常はピンク色の歯肉が赤くなり、固いものを食べたり、歯磨きなど歯肉に刺激が加わると出血します。炎症が強くなると腫れて膿が出る場合もあります。



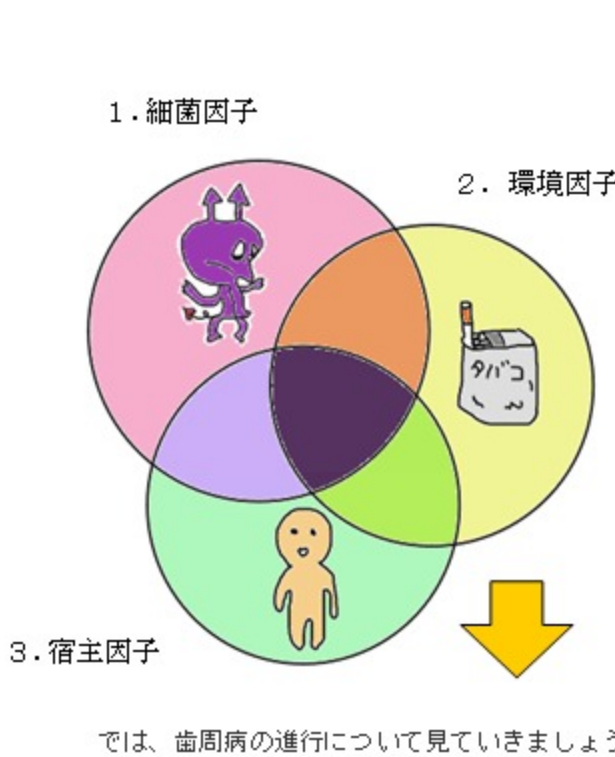
そして、プラークが付着して時間がたつと、プラークが唾液中のカルシウム成分と混ざり、石灰化して歯石になります。歯石は細菌の住み家となり、歯石のあるところに細菌は大量に住み着きます。歯石の表面はデコボコしているため、歯垢や食べかすが付きやすく、細菌にとっては最高の環境なのです。そして歯石の硬さはダイヤモンド、オパールに次と言われているくらい硬いので歯医者さんの特殊な器具でないと除去できません。

炎症がさらに拡大すると歯肉の破壊が進み、さらに進行すると歯を支えている骨が吸収され、歯周病に移行します。

1. 細菌因子

2. 環境因子

3. 宿主因子



歯周病の原因には細菌以外に、その環境、宿主が深く関係していて、この3つの因子の状態により歯周病の進行は大きく変わっていきます。

1. 細菌因子はもちろん歯周病原菌
2. 環境因子はたばこや不規則な生活（食生活）、ストレス、歯磨きなどたばこは、免疫として戦う白血球にダメージをあたえ、歯周病リスクを8倍にします。
3. 宿主因子は糖尿病、肥満、骨粗鬆症など

では、歯周病の進行について見ていきましょう。



健康な歯肉はピンク色をして引き締まった状態になっています。歯周ポケットは1～3mm（正常）



歯周ポケットにプラークが溜まり、歯肉表面が赤く腫れぼったい状態になります。骨の吸収はありません。歯周ポケットは4mm程度



歯肉は炎症をおこしており、出血しやすい状態になっています。骨の吸収が始まり、歯周ポケットは4～5mm程度



歯肉の炎症は進行し、出血や膿みはじめます。骨の吸収も進み、歯周ポケットも5～7mm程度に



出血、膿みも強くなり、骨の吸収が強く、支えがほとんどない状態になり、歯もグラグラして、咬めない状態になります。歯周ポケットは7mm以上

通常、歯肉炎が治療されずに放置された場合には全体的に歯周病みられるケースが多いです。歯肉の炎症にとどまっている場合を歯肉炎、支えている骨まで炎症が進み、骨が吸収されてしまうのを歯周炎とよび、初期はほとんど自覚症状はありません。さらに進むとわずかな刺激で出血が起こるようになり、さらには指で押すと膿が出るようになり、歯がぐらぐら動くようになります。

一度吸収されてしまった骨は、その位置でしっかり吸収を食い止めることが治療のメインになるのだが、吸収された骨、下がった歯ぐきはほとんど戻ってこないのが、歯周病の難しいところなんだな。歯周病は独特の臭いを発生させるので、臭う気がする、または歯肉がむずむずしたら、まず歯周病を疑って診察したほうがよいでしょう。

