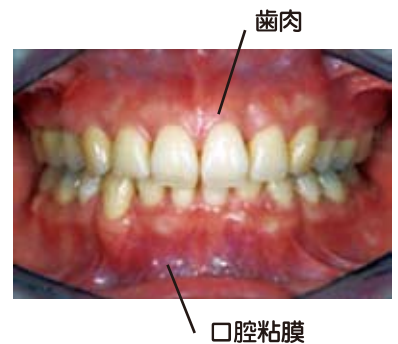


歯のはなし



歯を支えている“しにく歯肉”をチェックしてみよう!

鏡の前で唇をめくり、ご自身の“歯ぐき”を見てみて下さい。
お口の中の歯ぐきを見ると、ピンク色の所と、少し赤くなっている所があると思います。



ピンク色の所は「けっかん歯肉」といい、少し赤いところは「こうこうねんまく口腔粘膜」といいます。

歯肉の下は血管が少ないのでピンク色をしています。口腔粘膜は血管が多い組織で覆われているので赤い色をしています。

一見、若々しく健康的な人でも、歯肉を見たらすごく黒ずんでいたりと、プヨプヨしていたり… というのは非常にバランスが悪いこと。今の時代は実年齢のほかに「気分年齢」、「見た目年齢」といった考え方もありますが、口元の健康、美しさを考えるなら「歯肉年齢」というのもぜひ意識したほうがよいでしょう。

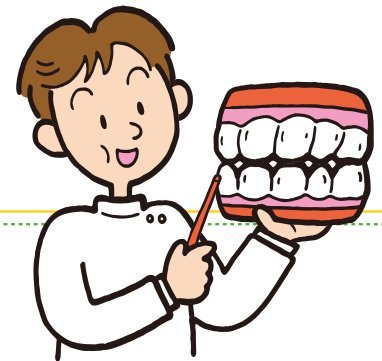
そこで今回のこのコーナーでは、“健康的な歯肉”とはこういった状態なのか？ また、“不健康な歯肉”とはこういったものなのか？ 実際の写真を使ってご説明していきたいと思います。

* 健康的な歯肉とは？



歯肉が健康だと、歯のぐらつきもなくしっかりしています。また、正常な歯肉は淡いピンク色をしていて引き締まっています。

- 歯肉の色は淡いピンク色
- 歯はあごの骨としっかりつながっているため、ぐらつきがない
- 歯と歯のあいだの歯肉は、引き締まった三角形をしている
- スティッピングが見られる（スティッピングとは歯肉の中にある繊維の束で、歯肉の表面にみかんの皮のようにブツブツとした形で見えます。このスティッピングは、歯肉に炎症があると消えて見えません）



* 不健康な歯肉の特徴



歯肉が炎症を起こすと歯肉が赤くなり、歯みがきをすると出血しやすく、触れると痛むことがあります。

- 歯肉の色は濃い赤色
- 歯と歯肉の境目から出血がある
- 歯と歯の間の歯肉は、引き締まった三角形ではなく丸みがある



* 軽度の歯肉炎



歯肉の炎症が進むと、発赤や腫れが著しくなり、歯をみがくと出血してしまいます。

* 重度の歯肉炎



歯周病がさらに進むと、歯を支えている多くの組織を失い、歯がぐらつきはじめます。また、膿が出はじめてくると口臭もひどくなり、やがて歯が抜けてしまいます。

“歯肉チェック”をされてみていかがでしたか？

もし、「自分の歯肉は大丈夫かな…？」と少しでも不安になった方は、お早めに歯科医師へご相談下さいね。