



たばこを吸う本数が多い人ほど、 歯を失う危険性が高くなる!?

厚生労働省の研究班がこの度、“たばこを吸う本数が多く、吸っている期間が長い人ほど、歯を失う危険性が高まる”といった調査結果をまとめました。

この研究は、平成元年に「生活習慣アンケート」に回答してもらった1万2000人の中の1518人から、平成17年に歯科検診を受診してもらい、その結果から「喫煙、禁煙年数と歯の喪失」との関係性を調べました。

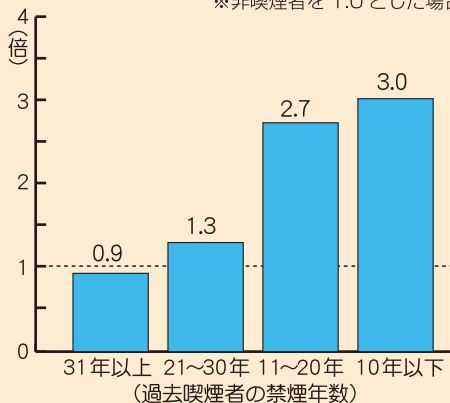


そして、喫煙率の高い“男性”のデータをピックアップして、「今も吸っているグループ」、「過去吸っていたグループ」、「全く吸ったことがないグループ」に分けて調査を行いました。

結果として、1日21本以上たばこを吸う(吸っていた)グループは、全くたばこを吸ったことがないグループと比べ、歯を8本以上失う危険性が“約2倍”高かったそうです。

禁煙年数と8本以上歯を失うリスク

※非喫煙者を1.0とした場合



「過去吸っていたグループ」と「全く吸ったことがないグループ」を比べたリスク度は、禁煙後10年以内では3倍、11~20年では2.7倍、21~30年では1.3倍といった結果になりました。

また、禁煙期間と歯を失う危険性について調べたところ、禁煙してから21年以上経てば、全く吸ったことがないグループとほぼ変わらなくなることも明らかになりました。

以前たばこを吸っていた人でも、禁煙後21~30年経てば、吸ったことがないグループとリスク度が同程度になるようです。

欧米の研究では「13年間禁煙すると、歯の喪失する危険性が非喫煙者と同じになる」との報告もあることから、厚生労働省の研究班は、“歯に対する喫煙の影響がなくなるには、たばこを止めても相当の年月が必要”だと考察しています。

たばこが原因で歯を喪失してしまう主な理由としては、“ニコチンによる歯周組織の破壊、間接的に免疫力を低下させること、歯

周ポケットに菌が増えやすい環境ができるなど、たばこは歯周病を進行させて歯の喪失リスクを高める”といった結論を出しました。

たばこは「百害あって一利なし」とよく言われますが、吸うことによって体だけでなく、歯周組織にも大きな負担をかけてしまっていることをぜひ知っておいて下さいね。

