

歯のはなし

ししゅうびょうど “歯周病度チェック”をしてみよう!

『歯周病』は歯と歯ぐきの間から“歯周病菌”が入りこみ、歯ぐきや歯の周りの組織を壊していく病気です。



実は、中高年の人たちが歯を失ってしまう原因のほとんどがこの“歯周病”です。

最近では“ストレス”が原因で若い人にも歯周病が増えています。ですから、「むし歯が無い」からといって安心してはいけません。



歯周病の原因は、歯垢の中にある“細菌”です。

この細菌が毒素を出して、歯ぐきや歯を支えている骨までダメにし、最後には歯が抜け落ちてしまう事もあるのです。

しかし、怖いことに初期の歯周病はほとんど自覚症状がありません。そのため、発病しても気づかないことが多く、知らず知らずに悪化してしまうのです。



歯をみがくと歯ブラシに血がついていたり、リンゴをかじるとリンゴの果肉に血がにじんでいるのを見つけて、歯周病の初期症状に気づく人もいます。

そこで、以下に『歯周病の進行度をチェックできる項目』がありますので、自己チェックして確認してみましょう。

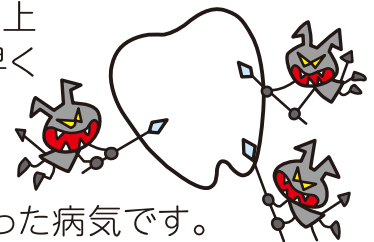


チェックポイント



- ① 歯ぐきがムズムズする感じがする。
- ② 朝起きたとき、口の中がネバネバする。
- ③ 口臭がある。
- ④ 歯が長くなってきたような気がする。
- ⑤ 歯ぐきが赤くなっている。腫れている。
- ⑥ 歯みがきをすると出血する。
- ⑦ 食べものが歯にはさまりやすい。
- ⑧ 硬いものが噛めない。噛むと痛い。噛むと出血する。
- ⑨ むし歯は無いはずなのに、冷たいものや熱いものがしみる。
- ⑩ 歯ぐきを指で押すと、プヨプヨして血や膿が出る。
- ⑪ 歯がグラグラする。

上の項目で1～2個でも当てはまるようなら、『歯肉炎か軽度の歯周病』かもしれません。また、3～5個当てはまるようなら『中程度の歯周病』、それ以上ある場合は『重度の歯周病』も考えられますので、できるだけ早く歯科医に相談してみることをおすすめします。



『歯周病』は初期の段階では自覚症状がありません。脅かすつもりはありませんが、歯周病はそういった特徴をもった病気です。