



歯のはなし

「親知らず」は抜いた方がいい？それとも残した方がいい？

「親知らず」は最も奥にあり、最後に生えてくる永久歯です。一番奥にあるので、歯ブラシがしっかり届きにくく、炎症などのトラブルもよく起こる歯です。これをお読みの方の中にも、親知らずは“残した方がいいのか？抜いた方がいいのか？”疑問をお持ちの方も多いのではないのでしょうか？そこで今回は「親知らずを抜いた方がいいケース」や、「抜かないで残す場合のケア方法」をお話させていただきます。



「抜歯」するケース



親知らずが生えてくる年齢は10代後半以降ですが、人によっては歯ぐきの中に埋もれていたり、生まれつき無かったりと個人差があります。また、現代の食生活の変化からか噛む力が弱くなり、顎の小さい人も増え、その結果、親知らずの生えるスペースがなくなって、半分だけ顔を出したり、曲がって生えたりするケースも多くみられます。親知らずは奥歯で磨きにくい上、生え方もさまざまなのでトラブルが発生しやすいのです。

次のようなケースでは、抜歯をすすめられる場合が多いでしょう。

- 歯ぐきに炎症や痛みがある
- 歯ならびに悪く影響している
- 食べカスがたまりやすい
- 斜めや横に向かって生えている
- 上下のうち片方しか生えていない



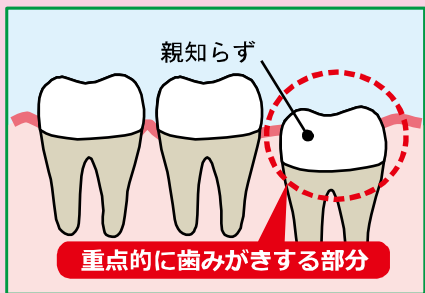
- 上下の歯が噛み合わない
- 大きなむし歯になっている
- 妊娠を希望している女性
- 頬の内側を噛んで傷つけてしまう



残す場合のケアのポイント

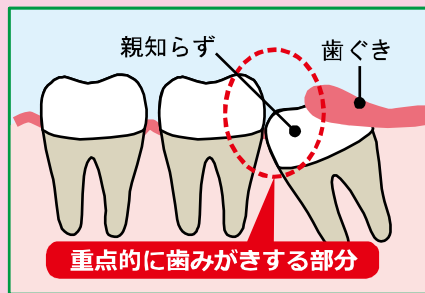
抜かずに残す場合、ポイントは毎日のハミガキで歯垢をきちんと取り除いて炎症を予防することです。ここでは「生え方別のブラッシングのポイント」をご紹介します。

正常に生えている場合



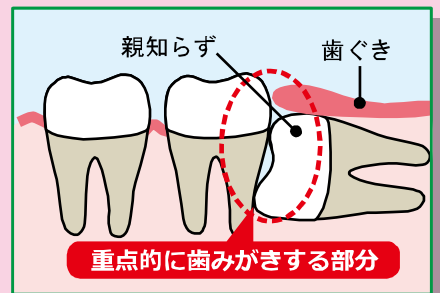
まっすぐ正しく生えている場合は、親知らずの奥と歯ぐきの境目をていねいにブラッシングしましょう。

傾いて生えている場合



隣の歯に向かって傾いて生えている場合は、その接点の汚れを横にかきだすようにしっかりブラッシングしましょう。

歯ぐきの下に埋もれている場合



歯ぐきの下に埋もれていて顔を出していない場合は、親知らずのひとつ手前の歯の奥側にしっかりとブラシを当ててブラッシングしましょう。

正常に生えていない親知らずは“噛む”という歯の役割を果たしていない上、しっかりケアしないとむし歯や歯周病にもかかりやすくなります。気になる親知らずがある方は、お早めにご相談ください。

クイズのこたえ

3 牛乳

抜けてしまった歯は、できるだけ早く牛乳の中に入れて30分以内に歯科医院へ持っていきましょう。本来ならば、“歯牙保存液”と呼ばれる専用の保存薬がありますが、ない場合は冷たい牛乳でも代用できます。ポイントは歯を乾燥させないようにして、歯ぐきに埋まっていた根の部分には触らないことです。