



歯のはなし

「冷たいものがしみる…」
これってどっち?

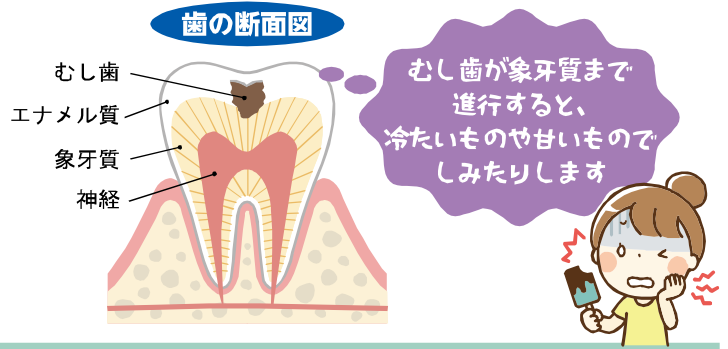
むし歯と知覚過敏の見分け方

「冷たいものがキーンとしみる…そんな時には知覚過敏用の歯みがき粉がおすすめ！」といったテレビCMを見かけることがありますよね。たしかに、知覚過敏になると冷たいものが歯にしみますが、実はむし歯でも同じような症状が起こります。中には、「知覚過敏だと思っていたら実はむし歯だった…」というケースも少なくありません。そこで今回はむし歯と知覚過敏の見分け方についてお話しさせていただきます。

むし歯とは？

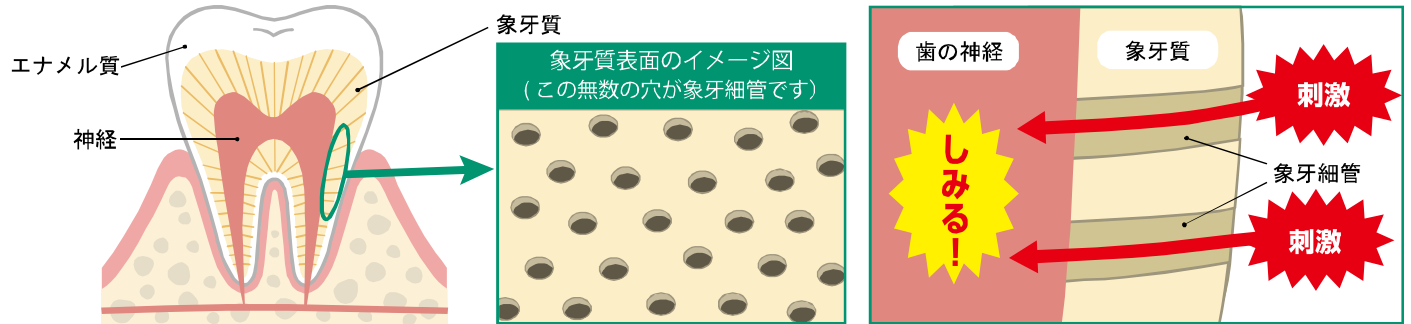
まず、そもそもむし歯とは何なのかをおさらいしてみましょう。むし歯とは、むし歯菌が出す酸によって、歯に含まれるカルシウムが溶けてもろくなり、歯に穴が空いてしまう疾患です。歯の表面にあるエナメル質が溶ける初期の段階では痛みがないものの、歯の内側にある象牙質まで進行すると冷たいものや甘いものがしみるようになり、さらに奥の歯の神経にまで達すると痛みが発生します。

むし歯菌は歯に付着した食べカスをエサに増殖しますので、丁寧な歯みがきがむし歯予防には大切です。



知覚過敏とは？

また、知覚過敏とは歯周病や加齢、過度なブラッシングなどによって歯ぐきが下がったり、歯の表面にあるエナメル質が溶けたり削れたりして、歯の内側にある象牙質が露出することで発生します。象牙質の表面には象牙細管と呼ばれる無数の穴があり、歯の神経に向かってトンネルのように伸びているため、象牙質が露出してしまうと神経が反応しやすくなり、冷たいものや甘いものがしみるようになります。知覚過敏用の歯みがき粉を使っても症状が緩和されなければ、露出した部分に薬剤やコーティング剤を塗ったりする治療が歯科医院で行われます。



むし歯と知覚過敏の症状の違い

では、むし歯と知覚過敏の具体的な症状の違いを見てみましょう。

症状	むし歯	知覚過敏
「冷たいもの」「甘いもの」「風」に対する反応	しみる、痛む	しみる、痛む
しみたり、痛んだりする時間やタイミング	継続的・慢性的	飲食した時など一時的
見た目の変化	歯が茶色や黒に変色している 歯に穴が開いている	歯ぐきが下がって根元が見える 歯が長く見える
歯を触った時の反応	ひびいて痛い	ほとんど痛みはない

まとめ

むし歯と知覚過敏の症状は似ている部分もありますので、「冷たいものがしみる＝知覚過敏」と自己判断せず、「もしかしたらむし歯の可能性もある」ということも覚えておきましょう。しみる・痛むといった気になる症状があればお早目にご相談ください。

