

タバコを吸っている人のお口の中は……

- ・歯周病になりやすい
- ・歯周病の進み方がはやい
- ・治療してもなおりにくい
- ・歯が黒くなる
- ・歯ぐきの色が悪くなる
- ・自覚症状がでにくい
- ・よごれが付きやすい
- ・口臭がある



いろいろな疾患の原因となることから、百害有って一利なしと言われるタバコですが、**歯周病も喫煙の影響が非常に大きい病気の一つであることが分かっています。**

※歯周病については「はいしゃうんちく其の貳」を参照してください

タバコに含まれるニコチンや一酸化炭素は



血管を収縮し血液の流れを悪くする作用があります。血流が悪くなると歯ぐきへ十分に酸素や栄養が配られず歯周病と戦う免疫機能が低下してしまいます。さらにやっかいなことに、たばこの熱や化学物質は歯肉の炎症を外に現れにくくするため、歯周病が悪化しても見た目には分かりにくくなってしまいます。

◆それでは喫煙をするとどれくらい歯周病になりやすくなるのでしょうか？

データによると1日10本以上タバコを吸う人はそうでない人の**5倍以上**、喫煙歴が10年を超える人はそうでない人に比べると**4倍くらい危険率が違います。**ただ、たとえ喫煙していてもそれをやめることにより危険率が下がることが分かっています。



やはり歯の健康を考えても禁煙することが望ましいと言えるでしょう。