

知覚過敏について

本格的な冬の到来で、冷たい空気が身に凍みますね。その冷たい空気、あなたの歯にしみていませんか？冬の冷氣だけでなく、夏にかき氷を食べた時・冷たい飲み物を飲んだ時・歯を磨いている時に、虫歯でもないのに「しみる」症状。これを「知覚過敏」といいます。日本人の4人に1人はこの症状があるそうです。

★知覚過敏とは

正しくは象牙質知覚過敏といいます。歯の構造は、エナメル質の下に象牙質があり、その象牙質はエナメル質より柔らかく、中に象牙細管が放射線状に歯の神経に向かって広がっています。刺激は象牙細管を通して神経に伝わり、脳に痛みの信号を送ります。痛みは一時的なものが多いですが、少ししみる程度のもから電気が走るような刺激まで様々。放っておくと悪化して、痛みが持続する歯髄炎になることもあります。

★原因は？

知覚過敏は、強いブラッシングによる歯磨き・歯ぎしり・歯の食いしばりなどによる歯と歯肉へのダメージから起こります。歯磨きの時に、研磨剤入りの歯磨き粉を使って、強い力でゴシゴシ磨いていると、歯の表面（エナメル質）が削れて象牙質がむきだしになり、刺激が伝わりやすくなるためにしみる症状が出ます。また、歯肉がさがって歯根部分の象牙質が刺激を受けやすくなり症状が出る場合もあります。歯ぎしりや歯を食いしばるクセがある場合も、その力によって歯と歯肉に負担をかけ、歯の表面に亀裂ができたり歯肉が下がって象牙質を露出させてしまい、しみる症状がでるのです。

★どんな治療をするの？

症状の度合いによって刺激が伝わる原因を考え、以下のように治療法も変わります。

歯磨き……知覚過敏対応の歯磨き粉で歯磨きをします。軽症の場合はこれだけでも効果があります。

薬を塗る…薬で象牙細管をふさぎ、刺激を伝わりにくくします。

保護膜……エナメル質の変わりに、歯の表面を薄いプラスチックでコーティングして保護膜を作ります。

詰め物……歯の表面が削れている場合は、詰め物を詰めて刺激が伝わるのを防ぎます。

抜髄……重症の場合は歯の神経を抜きます。歯の神経を抜くと歯がもろくなってしまうため最終手段として用いられます。

知覚過敏を予防するには、歯や歯肉を傷つけるような生活をしないことがポイントです。しみる症状が気になる方は是非歯科医にご相談ください。

2008年が皆さんにとって良い1年になりますように。

