

医療

早期発見・早期治療のススメ

シリーズ

歯科治療最前線

虫歯予防は、ブラークコントロールから

「虫歯治療と予防法」

歯の欠損の2大疾患の一つが「虫歯」。患者数はやや減少傾向にあるものの、今だ歯科医院における治療の割合ではトップを占めています。一度虫歯になり、症状が進めば復元することはありません。今回は「虫歯治療と予防」について取材しました。

初期虫歯のみ「歯の再石灰化」の可能性あり

一度虫歯になると、その後、丁寧に歯磨きをして、治療をしないと進行していくのが一般的です。20歳以上の成人で、虫歯治療のため一度も歯科医院に通ったことがない人は、ほとんどいないそうです。それだけ虫歯が歯科においてポピュラーな病気といえます。

専門医からのアドバイス Q&A 「虫歯治療と予防法」



熊本インプラントセンター 添島 義樹 院長
日本口腔インプラント学会 専門医
厚生労働省指定 臨床研修指導医
中島学園非常勤講師

多くの人が一度は罹患したことがある虫歯。最近では予防の効果で患者数は減少傾向にあります。そこで今回は「虫歯治療と予防法」について、添島歯科医院（熊本市桜町）の添島義樹院長に、お話を伺いました。

一般的になったブラークコントロール まず、最近の虫歯の傾向について教えてください。

A 虫歯になる罹患率は年々減少傾向にあります。この背景には歯磨きの励行などでブラークコントロール（口の内の歯垢を減らすこと）が一般的になり、虫歯予防につながっています。また、子どもさんが虫歯になる率も減ってきています。自分で歯を磨けない乳幼児の時期

治療によって症状の進行は止めることができます。完全に元通りの健康な歯になることはありません。虫歯を放置した結果、症状が進み重度になると抜歯になる場合もあり、歯自体を失うことにつながります。これが歯を失う2大疾患の一つといわれる所以です。

テレビやラジオ、新聞などで「歯の再石灰化」といわれ、虫歯は元に戻ると勘違いを生むような表現が使われています。日本歯科医師会では「ごく初期の虫歯の段階、つまり歯の一番外側のエナメル質がほんの少し虫歯になった状態では、適切な対策により虫歯が元に戻る（再石灰化する）可能性もあります」と示していますから、歯科的な処置（治療）は必要とされません。

ある歯科医院では「50歳のときにごく初期の虫歯で来院された女性が、定期的なフッ素塗布を継続することで、75歳の今も虫歯の進行を止めています。見た目には虫歯がないようにも見えます」との実例もあります。

「虫歯治療と予防法」

は、保護者によるブラッシングでしか虫歯予防ができませんので、子どもさんの歯に関心を持たれ、ケアしていただくとういことだと思います。

歯間ブラシ、デンタルフロスも補助に

虫歯に対する注意事項などは、どのようなことが挙げられますか？

A まず、歯の表面、特に溝の部分の表面の色が部分的に健康な歯と違ってきたら注意信号です。また、歯と歯の間から虫歯が発症する場合があります。特に歯並びがよくない方は、歯ブラシに加え、歯間ブラシやデンタルフロスなどを併用されることをお勧めします。

「歯の再石灰化」は、ごく初期虫歯のみ

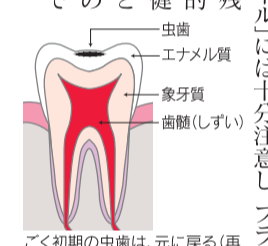
歯が元に戻る「歯の再石灰化」ということを聞いたことがありますが？

A 虫歯は症状の進行状況で大きく5段階（C0からC4）に分けることができます。その初期の段階（C0やC1レベル）の状態では、歯を削らずフッ素塗布など適切な治療により、虫歯にな

虫歯予防は、ブラークコントロールが基本

虫歯は歯の噛み合う面の溝の部分や歯と歯の間（歯間）から発症するケースが多く、進行すると歯に穴が開きます。しかし、歯の溝から虫歯が始まり、表面（エナメル質）に欠損がなく、内部（象牙質）に急速に虫歯が進行する場合もあります。このような状態になると、歯の色が部分的に白く濁ったようになり、青白っぽい色になります。自覚症状がなく知らない間に虫歯が大きくなることもあり、要治療です。

虫歯になる原因はブラーク（歯垢）です。このブラークが適切に除去されていけば虫歯になるケースはほとんどありません。歯をよく磨けない人、歯並びがよくない人はブラークが溜まりやすく、虫歯になるリスクが高まる可能性があります。ブラークを口の中に残さない、定期的な歯科医院で健診を受けることが、虫歯予防の基本といえるでしょう。



ごく初期の虫歯は、元に戻る（再石灰化する）可能性もあります。

前の状態のように修復されることを「歯の再石灰化」と呼んでいます。個人差や歯の状態にもよりますが、完全に元に戻るということではなく、虫歯の進行をストップさせることですので、継続的なケアが必要となることをご理解下さい。

虫歯治療と予防法について、特に注意すべき点がありますか？

A 早めには虫歯が見つかれば処置も簡単で、治療期間も短く済みます。ご家庭では適切なブラッシングを食後と寝る前に必ず行うことである程度予防につながります。さらに定期健診を受けられることで、早期発見・予防につながり、最終的に虫歯による歯の欠損を防げることを覚えていただきたいですね。

添島歯科医院 熊本市桜町1-28-205 桜町センタービル2階 0120-354-508

日帰り人間ドック 料金 50,000円 身体計測（身長・体重・腹囲・体脂肪測定）、内科診察、視力、聴力、眼底、検尿、血液検査、肺機能検査、心電図、胸部X線検査、腹部超音波検査、胃・十二指腸内視鏡検査、全大腸内視鏡検査、検査結果説明・栄養指導

生活習慣病予防健診 (全国健康保険協会管掌健康保険) 中小企業等で働く35歳以上の従業員（被保険者）を対象とした健診です。申し込み方法や検査内容など詳細はお問い合わせください。

拡大内視鏡とNBIの併用で精密検査 現在、大腸がんの最も有効な検査法は内視鏡検査です。当院ではハイビジョン拡大内視鏡とNBI (Narrow Band Imaging) 狭帯域フィルター内視鏡システムを導入し、病変が認められた場合は腫瘍か否か、がんか否かなど、その質的診断までその場で行う

医療法人 社団 魁正会 服部胃腸科 〒860-0004 熊本市新町2-12-35 ☎096-325-2300 人間ドック お申し込み・お問い合わせ 0120-79-1800 FAX096-325-8845 http://hattori-clinic.com

女性専用の人間ドックで急増する大腸がんを早期発見

毎週金曜日をレディースデーに 服部胃腸科

急増する女性の大腸がんの早期発見を目的に、内視鏡専門施設の服部胃腸科（熊本市新町2丁目、後藤英世院長）は、毎週金曜日をレディースデーとし、医師、看護師、受付事務など全て女性スタッフで対応する女性専用の人間ドックを実施しています。同院に女性専用の人間ドックについて説明してもらいました。

40歳代から急増する大腸がん 大腸がんは食生活と密接に関係し、パランスの良い食事が大切ですが、現時点では大腸がんの発生を抑える予防法は確立されていません。しかし、大腸がんの多くはポリープから発生することが分かっているため、前がん病変であるポリープや、がんが粘膜層に留まっている段階で発見し、内視鏡的に切除することが最も有効な予防法と考えられています。 大腸がんは40歳を過ぎた頃から急増し、高齢になるほど多くなります。女性にとつて、大腸検査は恥ずかしさから検査に抵抗がある人が多く、出血や腹痛、便秘異常などの自覚症状が出た時はかなり進行した状態で発見されるケースがあります。しかし、大腸がんは早期に発見すれば高い確率で治る病気です。そのためにも定期的な検査が必要です。 こうした背景から、当院では「男性医師には相談しにくい」「出来れば女性スタッフに担当してもらいたい」という女性の要望を受け、毎週金曜日をレディースデーとし、医師、看護師、受付事務など全て女性スタッフで対応する人間ドックを行うようにしました。 対象コースは、日帰り人間ドックと全国健康保険協会管掌健康保険の生活習慣病予防健診の2コース。場所は専用の5階健康管理センターで実施しています。 拡大内視鏡とNBIの併用で精密検査 現在、大腸がんの最も有効な検査法は内視鏡検査です。当院ではハイビジョン拡大内視鏡とNBI (Narrow Band Imaging) 狭帯域フィルター内視鏡システムを導入し、病変が認められた場合は腫瘍か否か、がんか否かなど、その質的診断までその場で行う