

# 医療

# 知っておきた医療知識

シリーズ

歯科治療最前線

## 歯が一時的にしみたら「注意信号」

### 「知覚過敏」

知覚過敏は歯の根元付近が露出し、その部分の象牙質が削れているような歯に多く発症するといわれています。歯ぎしりや強い噛み合わせ、ブラッシングのやり方が良くないなどが主な原因として挙げられます。そこで今月号では「知覚過敏」を取り上げました。

#### 歯の根元部分が削れる

今までは何もなかったのに、冷たいものや温かいものを飲食したり、歯ブラシの毛先が当たったりするだけで、歯が痛かったり、しみたりする症状が出たら「知覚過敏」の可能性がります。知覚過敏は何もしなくても治る場合もありますが、症状がひどくなるまで放置すると、歯の神経を取らなく

#### 歯科医で原因の特定を

知覚過敏を放置していても治るかどうかは知覚過敏の原因、症状の程度、個人差などがあり、一概には分かりません。

#### 専門医からのアドバイス Q&A

#### 「知覚過敏」

知覚過敏は歯の表面部分のエナメル質が何らかの原因で傷つき、削れてしまったことで象牙質が露出し、象牙質にさまざまな刺激が加わることで、ズキンとした歯がしみる症状へとつながります。

#### 歯と歯茎の境目に発症

具体的には歯のどの部分に症状が現れるのですか、また原因は？

**A** 歯と歯茎の境目の部分を「歯頸部（しけいぶ）」といいます。ここに一番多く現れます。歯は一番外側にエナメル質、そして象牙質、セメント質と大きく3つの硬い組織で構成されていますが、エナメル質が削れて内側にある象牙質が露出すると、痛みを感じやすくなります。また、歯茎が痩せて下がったりすると歯根が露出し、同じような症状が出る場合があります。象牙質には無数の象牙細管といわれる非常に細い管が存在し、歯の中にある神経を含む歯髄と繋がっています。すなわち、いろいろな刺激を受けると痛みとして感じます。

歯ぎしりなどを含めた強い噛み合わせと、歯ブラシの際の強いブラッシング圧によって歯頸部のエナメル質が欠損し、その部分の象牙質が楔のよう

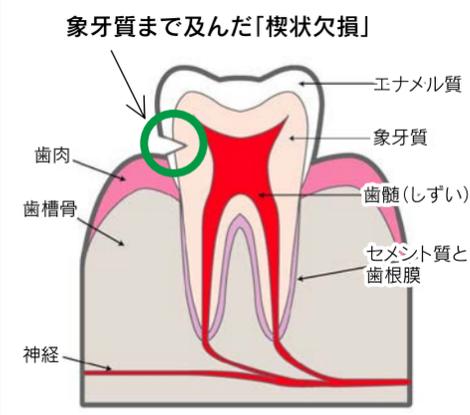
虫歯ではなさそうなのに冷たいもの、熱いものなどを飲食するときに痛みが出たりすると「知覚過敏」の疑いがあります。そこで今回は「知覚過敏」について、添島歯科医院（熊本中央区桜町）の添島義樹院長にお話を伺いました。

#### 痛みは一過性

**Q** 知覚過敏とはどのようなものですか、教えて下さい？

**A** 虫歯や歯周病でもないのに、冷たいもの、熱いもの、甘いものなどを口の中に入れた時や、歯ブラシを歯に当てただけで痛みが出たり、しみたりするのを「知覚過敏」といいます。継続的な痛みではなく、ズキンとした

せん。また、正しいブラッシングや、知覚過敏用の歯磨き粉などの使用で短期間で治るケースもあります。歯ぎしりや噛み合わせなどが原因だとすれば、歯科医院でその原因に対する処置を受けなければなりません。熊本市の歯科医は「歯がしみる」といった症状が出たら、自分で判断せず早目に歯科医院で診てもらおうことが大事です。治療自体も多くの場合は難しくありません。また、知覚過敏ではなく、ほかの歯科疾患が発見できることもあります」と話している。



#### 「知覚過敏」

に削れてくることを「楔状欠損（くさびじょうけつそん）」といい、知覚過敏の原因の代表的なものとして挙げられます。

**Q** 治療法と予防法を具体的に挙げてください。

**A** まず、噛み合わせが明らかに強く当たっている箇所があれば、歯の当たり具合を調整したり、歯の象牙質のえぐれた部分をコーティングやレジンで充填します。歯ぎしりのある方にはマウスピースを作って装着していただくこともあります。また、知覚過敏用の歯磨き粉、柔らかめの歯ブラシを使用することで予防することもできます。

第一高校 ● 合同庁舎 ● (社)日本口腔インプラント学会指定研修施設  
 添島歯科医院 添島義樹院長  
 熊本市中央区桜町1-28 桜町センタービル205  
 0120-354-508  
 http://www.soejima-sika.com/

## 「コミュニケーション講座」

魅力ある人間力アップに向けて (第15回)

人は、ひとりでは生きて行けません。さまざまな形で支えあって生きています。それぞれが持つエネルギーを見つけ、引き出す。コミュニケーションは、人と人をつなぐ原点ともいえます。家庭、職場、近所付き合い、友人との付き合い、その全てがコミュニケーションであり、人生を楽しむこと、エネルギーアップにもつながります。ここではさまざまなコミュニケーションのとり方についてアドバイスします。

### 「活力ある高齢社会」

津川 育子

先日、介護事業所を営んでいる知人が新しくデイサービスを展開するというので、既存のデイサービス事業所へ、一緒に見学に出かけました。ケアプランに沿って、皆でいろんなゲームをしたり、体操をしたり。私の中のデイサービスのイメージは、そんな感じでしたが、見学に訪れた二つの事業所は、一味違いました。

あらかじめ決まったプランではなく、利用者一人ひとりが、のびのびと生活することを大前提に据えていらつしやいました。施設にある立派な靴箱や日さしは、以前大工さんだった利用者の方が、DIYサービスに求められるたびに少しずつ作り上げて下さった物だそう。おやつに食べるお漬物も、利用者が漬けた物を皆で頂くのです。なんだか、温かみを感じられて素敵だと思いませんか？

もちろん、その日のケアプランに沿って利用者に過ごして頂くことも素晴らしいことに変わりはありません。ただ、軽度の認知を抱えている方がほとんどという中で、あえて、そこでの過ごし方を、全てこちらで決めてしまうのではなく、利用者一人ひとりが抱える思いや経験などを大切にしていること、あんなにも人は素敵な笑

私も理事として参加させて頂いた決起大会後の井形先生による特別講演の中で、「活力ある高齢化社会」についてのお話がありました。その中で、高齢化社会のグループと従来の社会の合併が必要だと論じられました。現代社会において、元気な高齢者は、約80%だそうです。その高齢者の方々も働き盛りである私達も、一緒に社会を支えていくという考え方を持っていかなければならないのです。様々なことを経験し培ってきた私達の大先輩である高齢者の方々と共に生きていくことが、この超高齢化社会の光明なのではないかと感じました。

【筆者プロフィール】 コミュニケーションアドバイザー。大学卒業後、二子学舎近代経営研究所などの勤務を経て、平成10年10月人財育成センターを設立。22年2月に法人化し、子育て、親子のコミュニケーションの勉強会・講座を随時開講。熊本県民力レジン主催講座サテライト教室子育て応援講座などの講師も勤めている。県内各地での講演も多数。美里町教育委員。子どもは3人。著書として「愛の小箱」（夫の闘病と家族模様）がある。

【問い合わせ】  
 ☎096-342-9733  
 ikuko.t@eagle.ocn.ne.jp

**松永 榮治さん(65)**  
 松永法律事務所 弁護士  
 (熊本市中央区新大江1丁目)  
 今年1月から弁護士業務を行っています。過去に東京地検でリクルート事件などの特捜事件を担当したほか、法務総合研究所所長としてのキャリアもあります。事件や事故を事前相談で未然に防ぐ「予防法学」で県内の皆さまに貢献したいです。

**松本 孝嗣さん(42)**  
 松本外科医院 理事長・院長  
 (熊本市中央区新市街)  
 このほど父の跡を継ぎ理事長・院長に就任しました。東京慈恵会医科大付属病院や済生会熊本病院外科センターなどでの勤務歴があります。外科医・救急医としての16年間の経験を基に地域に根付いた診療を行ってまいります。

**山下 弘幸さん(43)**  
 農テラス 社長  
 (益城町辻の城)  
 企業や個人が農業計画、農地取得、技術指導、販路開拓までを総合的にコンサルします。儲かっている農業経営者には共通点があり、私の仕事はその仕組みをつくっていくこと。新しい切り口で農業を応援していきたいです。

**久保田 弘美さん**  
 カンデオホテルズ大津熊本空港 運営責任者  
 (大津町室)  
 オープン5周年を迎える当ホテルは、阿蘇にも、熊本ICにも近い立地条件と、周辺の雄大な自然が特徴です。これからはワンランク上のスタイリッシュホテルをコンセプトに、思いやりと優しさを心掛けたサービスを提供していきたいです。