



タバコとお口の健康

タバコが人体に深刻な健康被害をもたらすことは、既にご存知なのではないでしょうか。

実は、有害な煙が通過するお口の中も喫煙により大きな被害を受けているのです。



●喫煙によるお口へのリスク

口臭発生にはさまざまな要因がありますが、大きく3つに分けることができます。

歯周病の悪化

ニコチンなどの有害物質により歯肉の血流が悪くなることで、酸素や栄養が運ばれにくくなり、歯周病菌と戦う免疫機能が低下してしまいます。また、一酸化炭素の影響で歯周ポケットが酸素不足になると、酸素を嫌う歯周病菌が増えやすい環境となってしまいます。

治癒力の減少

血流障害や自己修復力の低下のため、治療をしても疾患の治りが悪くなります。抜歯後の感染や痛みも起きやすくなります。

咽喉・口腔ガン

タバコに含まれる発ガン物質や熱による刺激で、喫煙者の咽喉・口腔ガンの発生率は3倍にもなります。話す・食べる・呼吸する事に関わるお口のガンは、生活の質に大きく関わります。

これらの要因が1つまたは複数関係して口臭が発生するのです。

●おいしい食事・さわやかな笑顔は好きですか？

「YES」であればタバコは天敵です。

タバコに含まれるヤニ(タール)は、煙と一緒に口口に付着し、味覚を麻痺させます。臭いがよくわからない・食べ物の味付けが濃くなったなどは要注意。

ヤニは強い口臭を引き起こすだけでなく、付着し歯を黒くさせます。また、煙に含まれるメラニンは歯ぐきの色素沈着の原因に。美容の面でも健康の面でも、タバコは悪影響を及ぼすのですね。

●身近な人への被害が1番こわい

副流煙は、喫煙者が吸う煙よりも有害物質が多く、周りの人への健康被害はより深刻になります。

無抵抗な子供やお年寄り、大切な家族、そして喫煙者自身の健康的な生活のために、もう1度喫煙の習慣を見直してみたいはいかがですか？



VOICE

禁煙は決して容易なことではありませんが、健康な生活やおいしい食事など、代わりに多くの良い事を得られます。

KOMIYA DENTAL NEWSLETTER

7 2012年 月号

今年の梅雨明けはいつ頃でしょうか。待ち遠しいですね。気候も不順で今年はやリイカがいつになく長く釣れていました。梅雨の時期はアナゴです。『梅雨穴子』と言って旬を迎えます。釣りに行きたいのですが、予定が入ってしまい行くことができません。

今年も恒例の『葛飾区よい歯の集い』が6月30日(土)に開催されました。葛飾区学校歯科医会に携わって15、6年になります。講演を5回、司会も6年やらせていただきましたが、そろそろ役目も終え、若い方にお任せできれば良いと思っています。

当院で乳幼児から予防のために通院し、表彰を受けたお子さんや、作文・ポスターコンクールに応募して下さったお子さんも多数いらっしゃいます。ありがとうございます。

私のむし歯予防の考えは、「ただ歯を磨け、磨けではなく、食べ方、飲み方に注意してストレスなく予防する」ということです。そうしなければ、親の言うことを聞かなくなった時に悲惨なことになります。「自分で考え実行する」予防教育が大事だと思っています。来年からも続きますので葛飾区内の小中学校へ通学しているみなさんも頑張りましょう。

毎月保険証の提示に御協力頂きありがとうございます。
このニュースレターは当院のオリジナルで毎月発行しています。



- ・7/21(土) 医院設備メンテナンスのため午後休診
 - ・8/9(木) 診療します
 - ・8/10(金)~8/16(木) 夏期休診
- ※当分の間診療は (午前 9:00~12:00) までとさせていただきます。
(午後 14:00~18:00)



☎ 03-5699-8888

〒125-0041 葛飾区東金町1-45-2 ハヤシ駅前ビル2F

「インターネット予約確認サービス URL」 <https://dn2.dent-sys.net/komiya>
ホームページアドレス <http://www.wahaha.gr.jp> E-mail dental@wahaha.gr.jp