

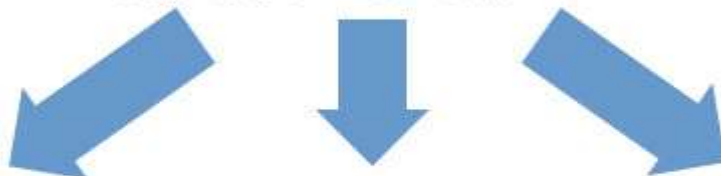
週刊 **タバコの正体**

タバコは、身体の色んなところにダメージを与えます。肺がんや胃がん、それに脳梗塞などの原因となる事は多くの方が知っています。これらは命を脅かす大病ですが、吸い始めてから発病するまでに40年～50年もかかる人がほとんどです。だから、毎日何本も吸っていても、多くの喫煙者は身体の異変に気が付きません。

そして内臓の病気は外見ではわからないので、なおさら喫煙者には危機感が生まれませんが、タバコの影響が目に見えるところがあります。そう、歯と歯茎です。



健康な歯肉はタバコを吸うだけで..



歯についた歯石と着色



タバコで黒ずんだ歯肉



汚れの付着した舌

和歌山健康センターのHPから

このような症状も、前述の病気と同様に長年吸い続けなければ現れません。それに、歯や歯肉が黒くなる速度もすごくゆっくりなので、目に見えていてもなかなか気が付かないでしょうが、ある時「あれっ、歯茎が黒くなってる」とか、「あれっ、歯が茶色」、「歯の裏が真っ黒」なんていうこと知って、愕然となるのです。

キレイな白い歯と健康的な歯茎は、その人の印象を良くするばかりではなく、きちんと食事をとるために大切にしなければいけません。タバコに手を出すと、タバコそのものの影響で病気になるうえに、健康の基本となる食事をとる事にも悪影響を及ぼすのです。

皆さんは今のまま、一生タバコに手を出さなければこんな心配はいりません。

産業デザイン科 奥田 恭久