

週刊 タバコの正体

タバコの煙は口から吸い込むので、喫煙者の口の中は有害物質で充満する事になり、歯や歯ぐきはそのダメージを直接受けてしまいます。だから、歯がタバコのヤニで黒ずんでいる喫煙者も多く、そんな人は歯の裏側は真っ黒だと思われます。

そして歯を支える歯ぐきにも深刻なダメージを与えます。左図に示すように出血したり腫れたりする歯周病になるリスクは、タバコを吸わない人の5倍以上にもなるのです。

タバコの煙に含まれるニコチンは血管を収縮させるので、歯ぐきの血流が悪くなり酸素や栄養素が欠乏し、老廃物が除去されにくくなります。さらには白血球の働きが抑制され歯周病菌が繁殖しやすくなるなどの症状がでて、結果的に歯ぐきが壊され歯を支えられなくなってしまいます。

歯がしっかりしていないと食事がしっかりとれないので、健康を維持する障害となります。そもそも、お口が健康ではなくなってしまうと左図にあるように全身に影響し様々な病気につながる可能性が高くなるのです。

内臓の病気は目に見えませんが、歯や口は目に入ります。自分では気が付きにくくても、他人の目に常にさらされています。

タバコを吸い続けると自身の健康を害するのはもちろんですが、口や歯の見た目の印象を悪くする事も知っておいて下さい。

産業デザイン科 奥田 恭久



岡山協立病院 HP から