



喫煙は口の健康に影響あるのか?!



答え:ありますよ。

歯周病になりやすい

タバコを吸う



有害物質が体内に入る

血管が収縮する



歯肉の血流が悪化する

血流が悪くなると



栄養分や酸素が充分に届かず抵抗力が落ちるため
歯周病の発症リスクが上がる!

歯周病を悪化させやすい

喫煙すると免疫の低下や酸素の不足、血流が悪化します。そうすると歯肉が炎症を起こしても、痛みや出血が目立たず歯周病だと自覚がないままに進行していくことがあります。気付いたときは重症化しているということも。

虫歯になりやすい

タバコを吸う



有害物質が体内に入り唾液が減少する

唾液が減少する

唾液による自浄作用や抗菌作用が低下する

唾液の作用が低下すると

歯の再石灰化が滞り歯が溶け虫歯ができる



唾液の作用歯の石灰化とは

糖分を含む物を口に入れると口の中が酸性になり歯の表面を溶かします。これを脱灰といいます。しかし脱灰した歯の表面に唾液中のミネラル成分が付着し歯を修復する働きを再石灰化といいます。



歯科衛生士です。

タバコは、歯周病や虫歯だけではなく、味覚や嗅覚に影響を及ぼしたり、口臭も強くなったりします。また、口腔がんのリスクも上がります。

現在は、紙タバコ以外にも、加熱式タバコや電子タバコなど、選択肢が増えてきました。電子タバコは、他の2つと比べると有害物質が少ないといわれたりしますが、無害ではなく、お体の健康に懸念があると考えられています。

ご自身の健康のためにも、禁煙に挑戦してみてはいかがでしょうか。

