

歯科 歯の黄ばみが気に なります



水木信之
 ミズキデンタルオフィ
 ス院長・横浜市立大学
 医学部臨床助教授
 みずき・のぶゆき
 1960年生まれ。85年日
 本歯科大学卒業。専門
 は口腔外科学、特にイ
 ンプラント治療



ほかの人に比べ、歯が黄ばんでいるのが気になり、毎月歯科に通院して塩水で磨いてもらっていますが、3年ほど前からは、緑と黒が混じったような色も沈着するようになりました。医師に伺ったら、磨き方には問題はないとのことでした。原因はわからないそうです。3年前から「コーヒー」をやめ、お茶を飲むのも少しにして、朝、昼、晩と歯磨きをしています。着色を防ぐよい方法はないものでしょうか。

●70歳代・女性



歯の着色や変色は原因により、「内因性」と「外因性」に大別できます。内因性とは歯質の変色のことで、歯の成長過程である幼児期に服用した薬の影響で歯が変色したり、歯の神経を取ったために黒く変色を起こすことなどです。

外因性は歯面の着色のことで、歯の表面や小さな溝にたばこのヤニやコーヒー、お茶などの色素が入り込んで着色を起こすことです。ご質問者は、他の人よりも歯が黄ばんでいることが気になり、緑や黒の色素沈着もあるようですから、原因は外因性の歯面の色素沈着が主で、内因性の歯質の変色も考えられます。着色や変色の原因や程度によって各種予防法や治療法があります。

まず外因性の歯面の色素沈着では、着色の原因はコーヒーやお茶だけではなく、いろいろな飲食物の影響があり、唾液と化学反応を起こして色素沈着を起こすと考えられています。また、通常、歯の表面は唾液の膜で覆われているのですが、何らかの原因で唾液が減少し、口の中が乾燥して「ドライマウス」になると、その膜に亀裂が入り、そこに色素が入り込むことで着色を起こしやすくなります。朝、昼、晩と歯を磨いているとのことですが、市販されている歯磨き剤には研磨剤を含まない製品もあり、着色を取り除きづらいことも考えられます。

通常の歯ブラシのほかに、電動歯ブラシや音波または超音波歯ブラシなどを使うと効果的です。最も効果的なのは、歯科医院での専門的な歯のクリーニングで、重炭酸塩粉末と水をジェット噴流で吹き付けて歯の表面の着色を取り除くエアフロー法や、予防を重視したPMTCという機械的歯面清掃法（健康保険適用外）が効果的です。

内因性の歯質の変色で考えられることは加齢による変化です。歯は、年を重ねると黄色から褐色へと変化していきます。この内因性の歯質の黄ばみには個人差もありますが、いくら歯磨きをしても防ぐことはできず、治療法としては歯のホワイトニングや補綴的に改善することになります。ホワイトニングは、歯を削ることなく変色した歯質の色調を改善する方法で、過酸化水素などの漂白剤を歯の表面に塗り、レーザーや紫外線を照射して色素を取り除く方法です。

それでも歯の変色が気になる場合は、変色した歯の表面を削って審美的に補綴する以外に方法はありません。一般的には、セラミックを全体に覆い被せる修復法や、歯の表面を削って貼り付けるラミネートベニア法などがあります。これらは保険適用外ですので歯科医院でお尋ねください。

*医師の指導のもと、自宅で、口の中に過酸化水素などの漂白剤を入れたトレーを装着して行う方法もある。