

# あなたの残存歯数年齢は?

成人歯科健診で調べた残存歯数(現在ある歯の数)を、ホームページ上に打ち込むと、これまで行われてきた吹田市民のデータ及び日本人の平均データから、あなたの残存歯数年齢を調べることができます。ぜひ、ホームページをご覧の上お試し下さい。



社団法人 吹田市歯科医師会  
<http://www.ha-suita.com/>

あなたの残存歯数( )本→

あなたの  
成人歯科健診を受けている吹田市民から計算しました  
残存歯数年齢は( )歳です。  
日本人の平均から計算しました  
残存歯数年齢は( )歳です。

(吹田市歯科医師会ホームページのトップページをご覧下さい)

## 吹田市立保健センター

吹田市出口町19番2号(〒564-0072)  
電話 (06) 6339-1212 (代表)  
FAX (06) 6339-7075

# 知 覚 過 敏

健康なお口いつまでも

吹田市成人歯科健診パンフレット



吹 田 市

# 知覚過敏

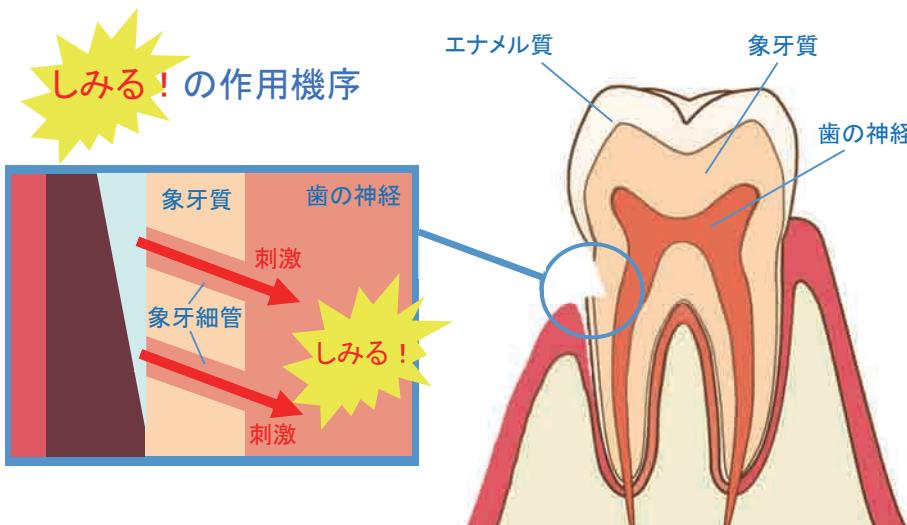
## 知覚過敏（象牙質知覚過敏症）とは？

冷たい飲み物や食べ物をお口の中に入れると歯がしみる。これは知覚過敏かもしれません。日本人の4人に1人はかかっていると言われているほど身近な症状です。歯ぐきが下がったり、エナメル質のすり減りなどの歯のトラブルが原因として、徐々に悪化していく歯の状態です。

## 知覚過敏になる原因は？

本来、健康な歯の表面は、硬いエナメル質で覆われて刺激を防いでくれますので、知覚過敏は起こりません。しかし、以下に示すように、さまざまな原因により象牙質が露出することがあります。

- **不適切な歯みがき**  
(力の入れすぎ、硬めの歯ブラシ、研磨剤が多く入った歯磨き剤など)
- **歯周病による歯肉退縮**  
(歯肉が下がり、エナメル質に覆われていない歯の根が露出する。)
- **歯ぎしりや歯を食いしばる癖**  
(過剰な力がかかり、エナメル質が割れたり、はがれたりする。)



象牙質も硬い組織ですが、細い管（象牙細管）が集まった構造をしており、外からの刺激がこの管を通じて神経に伝わると考えられています。



不適切な歯みがきによる象牙質の露出



クレフト(V字型に痩せた歯肉)

## 知覚過敏の症状が出たら？

知覚過敏の症状は一時的なことも多く、薬や修復による治療が必要な場合もありますが、まず歯科医院で症状の原因を調べてもらい、必要に応じて治療や正しい歯みがきの指導を受けることが大切です。

## 歯科医院でできること

- 代表的なものとして、以下のようない処置があげられます。
- 象牙細管の封鎖（知覚過敏用の薬を塗る。）
  - 欠損部の修復（白い樹脂をつめる。）
  - 歯髄の除去（歯の神経の治療を行う。）
  - 適切な歯みがき指導
  - 場合によっては歯周外科手術
  - マウスピースの製作

## 家庭でできること

適切な歯みがきを行うことが大切です。さらに知覚過敏用の歯磨き剤を使うと、象牙質の表面にフッ化物や硝酸カリウムなどの薬用成分が作用し、有効であるとされています。また、噛みしめ癖を改善したり、マウスピースを装着することで、過剰な力から歯を守り、知覚過敏の症状を改善することができます。