

今月のさがあお豆知識

No.10

～ 知覚過敏のお話 ～

「冷たい物を飲んだり食べたりして歯がしみる」といった経験をされたことはありますか？この知覚過敏は、日本人の3人に1人が経験したことがあると言われていたほどです。

「歯がしみる」原因には、知覚過敏、虫歯、歯周病など様々な原因が考えられます。今回はその中の**知覚過敏**に注目！

いったいどのようなものなのでしょう？



<知覚過敏とは？>

虫歯がないにもかかわらず、冷たいものを飲んだり食べたりしたときにしみるような痛みを感じる症状をいいます。歯ぐきが痩せて歯の根が露出したり、歯の神経を覆う組織がむき出しになると起こりやすいです。

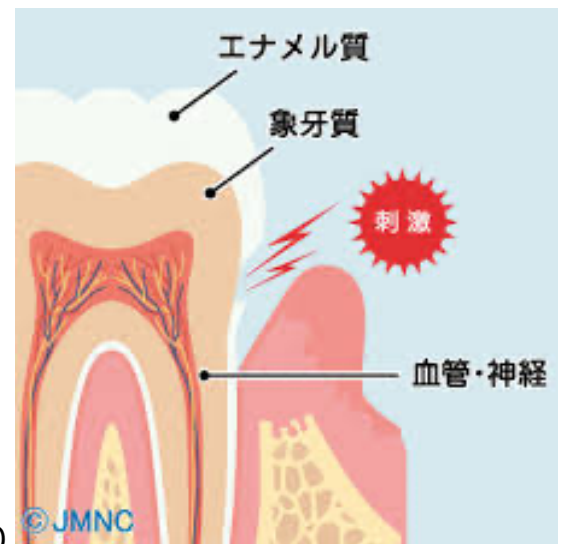
<原因として考えられる事>

*歯磨きの行い方

実は自分で歯や歯茎を傷つけ、知覚過敏を起こしている可能性もあります。毎日同じ場所ばかりを強く歯磨きをしたり、歯ぐきに歯ブラシの毛が当たる事で歯や歯ぐきが知らないうちに痩せると知覚過敏が起こりやすい。

*歯ぎしり、噛み合わせが悪い

歯ぎしりや噛み合わせの不具合で歯に負担がかかり、歯のエナメル質が削れることで象牙質が表面に出てきます。
(※他、歯周病や虫歯、治療直後の歯など、歯がしみる症状には様々な原因も考えられます)



自分で歯や歯ぐきを傷つけ、引き起こす可能性もある知覚過敏。歯科医院で歯磨きの当て方などの適切な指導を受け、知覚過敏の予防をしていきましょう！