

お口の健康

第11回 歯がしみるのは知覚過敏…？



冷たいものを飲んだとき歯がしみることはありませんか？「歯がしみて痛い」と言って来院された患者さん達の、その原因をよくある順にあげてみました。

① 虫歯が原因だった場合

一番多いのが、歯に虫歯がある為にしみていたというケースです。

② 歯周病に起因する場合

歯周病になると歯肉の中にかくれていた歯の根元が露出します。ここは、温度に敏感な為しみやすくなります。また、歯肉が腫れていてもしみる場合もあります。

③ 咬み合わせに問題がある場合

以前は「歯の磨き過ぎで歯の根元が磨り減って歯がしみる」と言われていました。今は削れたようにえぐれているのは、ほとんどが咬み合わせによる原因で起きると言われています。

④ 歯磨きによる原因がある場合

以前より少なくなりましたが、歯磨きの時に力を入れ過ぎる為に歯の根元が削れ、歯がしみてくる場合があります。

歯科医院では、しみる原因や程度によって処置をするか、様子を見るかを決めます。虫歯や

歯周病、咬み合わせに問題がないのに、健康な歯が冷水などの刺激でしみている…。このような状態が知覚過敏と考えられます。もし、知覚過敏と診断された場合、歯が少ししみるからといって神経質になることはありません。そのまま、一生しみる状態が続く訳ではなく、自然と治ることが多いからです。短期間でしみが止まらなくても、長期間（半年～2年）で治ってしまいうことがよくあります。これは歯の中の神経が自分の力で刺激を受けにくくするように、修復するからです。

それでも、ひどくしみる時は、歯科医院で知覚過敏の為の処置を受けた方が良いでしょう。それに、実は虫歯があるのに「知覚過敏だから、そのうち良くなるかも…」と放置し、虫歯をひどくしない為にも、歯がしみたら歯科医院で診てもらいましょう。



湯沢市・雄勝郡
歯科医師会

ホームページ：
<http://www.yutopia.or.jp/~yoda/>