

2018年12月17日掲載

## 大人むし歯

### 日常で丁寧な清掃を

近年、高齢者の「大人むし歯」が増加しています。その背景には8020運動が広く浸透したことと、口腔（こうくう）衛生に関する関心が高まったため、高齢者の残存歯数の増加があげられます。

「大人むし歯」には、歯と歯の間にできるう蝕（しょく）のほかに、歯の治療を行った詰め物の隙間からう蝕が広がる「二次う蝕(再発むし歯)」や、歯周病や加齢などによって歯肉が退縮し、歯の根面が露出した部分に発生する「根面う蝕」があります。

特に問題となるのは、歯周病などで歯ぐきが下がって露出した歯の根元(象牙質)に歯垢(プラーク)が付着すると、「根元むし歯(根面う蝕)」が発生しやすくなります。象牙質はエナメル質よりも酸に弱く、むし歯になりやすいのです。

また、「根面う蝕」は進行が早く、歯根の周囲を取り囲むように歯根の下の方に進行していきます。これが原因で歯冠が折れることも多々あります。

「根面う蝕」の予防には、まず口腔清掃です。通常よりやや柔らかめの歯ブラシを用いて丁寧な清掃と、歯間ブラシやフッ素入り歯みがき剤の併用も有効です。

いつまでも自分の歯でかみ、健康な生活を送るためにも「根面う蝕」の予防が大切です。日常生活でのセルフケアと、年に2回の歯科医院の受診で適切な指導を受けて下さい。