

ニューノーマル 口腔ケアはどう変わる?



第7回

定期検診の間隔と歯周病のこと

[執筆者]
西 真紀子

にし まきこ

歯科医師

教育学士、Master of Dental Public Health, PhD (アイ
ルランド)、NPO法人「最先端のむし歯・歯周病予防を
要求する会」(PSAP) 理事長



コロナ禍もいよいよ2年を過ぎようとしています。この間、歯科受診を控えていた方もいらっしゃるでしょう。

最近のコクラン・システムティック・レビュー¹⁾では、ローリスクの人ならば、リコール間隔が6カ月でも24カ月でも4年間のむし歯、歯周病、口腔保健に関するクオリティ・オブ・ライフに差がないと結論されていました。ですから、リスクの低い人は定期検診が2年空いてしまってもそれほど心配することはないでしょう。ただ2年以上空いていたら、そろそろ行き時かもしれません。



このシステムティック・レビューでは、その他の結論とも併せて、世界的なコロナ禍での歯科医療へのインパクトを考慮し「歯科治療は最小侵襲で予防的な歯科臨床に

重きを置くべき」、また「効果のない処置は止めるべき」としています。

つまり予防歯科は大切ながら、定期検診の間隔を6カ月以上にしても口腔の健康が損なわれない人たちがいることがわかったので、現在スタンダードである6カ月に一度の定期検診の間隔も見直すべきだということです。



歯科定期検診では通常、歯と歯の周りの組織(歯周組織:歯ぐき、セメント質、歯根膜、歯槽骨)と口腔内のその他の軟組織の検査をします。

特にむし歯と歯周病は口腔二大疾患で、歯の喪失の原因の大部分を占めますので、歯と歯周組織の検査がきちんとされていなければなりません²⁾。

そのうち歯周病は歯周組織に生

じる炎症ですが、自覚症状がなく静かに進行することがほとんどです。少なく見積もっても日本の成人の約5割、多く見積もると約8割が罹患していると言われていま



す³⁾。
歯周組織検査では、歯と歯ぐきの溝の深さ(mm単位)、溝を測定した時の歯ぐきからの出血の有無、歯の動揺度(4段階)、プラーク量の4つを調べます。溝の深さが4mmまでなら歯周病でも歯肉炎と呼ばれる状態で元に戻る可能性があります。それを超えると歯周炎と呼ばれる状態になります。歯周炎になると、失われた組織は基本的に元に戻りません。

なお、溝の深さは疾患の結果を表すだけですので、今まさに炎症が亢進中なのかを判断するには、溝の深さを測定した時の出血の有無の方が頼りになります。



定期検診は歯周病の早期発見につながりますが、見つかるだけでは意味がありません。定期検診で溝の底に溜まっているバイオフィルムを破壊・除去することが重要です。そして何よりも日々の歯磨きが良好であることが、歯周病をこじらせないための鍵です。歯科受診の間隔を延ばすためにも、ホームケアを大切にしてください。



Photo by muraoka fumi

歯周病は歯の周りの組織(歯周組織)がだんだんと失われていく病気で、放置しておくとその歯は失われます

参考文献1)~3)はこちら➡

