

タバコは、歯周病を悪化させる

歯周病は、喫煙に大きく関係している生活習慣病であると言われています。口の中に住んでいる三百種類以上の病原菌、この病原菌に対する免疫応答の結果が、歯周組織の破壊ということ招いているのですが、タバコの煙の中の有害物質がさらに免疫反応を悪化させて症状を重篤にしてしまうのです。

例えば *Porphyromonas gingivalis* ジンジバリス菌は、数種のたんぱく質分解酵素（ジンジパイン）を出して、赤血球や血漿、歯周結合組織のたんぱく質を分解、歯周組織を破壊していきます。ここで普通なら、ジンジバリス菌が体内に侵入した時点で、“免疫”という生体防御機構が働くのですが、重要な役割を果たすはずの好中球はジンジパインによっても機能不全を起こしている上、さらにタバコの有害物質がそれを助長するのです。

タバコの煙の中には、約二百種類の有害物質が含まれていて、中でもニコチン、タール、一酸化炭素が三大有害物質と言われています。特にニコチンは、薬物依存効果を起こしますので、タバコが止められなくなる原因物質です。

タールは、歯に色素沈着を起こして、いわゆる“ヤニ”が付きます。また、タバコを吸うと特有の口臭もするようになります。でもなんと言っても怖いのは、歯肉ガン、舌ガン、頬粘膜ガンなどの口腔ガンだと思います。

吸い込まれたタバコの煙は、歯や口の中の粘膜、歯ぐきを通過して、気管へ入り、肺へ吸いこまれていきます。その通路は、いつも危険にさらされているというわけです。非喫煙者に比べると、喉頭ガンの罹患率は 32.5 倍、口腔ガン 2.8 倍、咽頭ガン 3.2 倍、肺ガン 4.5 倍と高く、さらにお酒の飲みすぎが重なると、食道ガンになる確率は百五十倍も高くなるそうです。体中どの部位のガンも恐ろしいものですが、口腔ガンの場合、舌を摘出して話せなくなったり、顎の骨を摘出して、顔貌が変わったりと筆舌に尽くしがたいものがあります。

また、喫煙は年齢より顔のしわを増やし、頬がこけた“スモーカーフェイス”を作ります。いつまでも若くきれいでありたいのは、男も女も同じ、これだけの怖さを知っても、タバコ吸っているあなた、まだ続けたいですか？

小山悠子略歴

1977年(昭和52年) 日本大学歯学部卒業

医療法人社団明徳会福岡歯科勤務

2011年(平成23年) 医療法人社団明悠会サンデンタルクリニックを設立。

理事長就任。

統合医療の新しい考えをもとに、痛くない怖くない東洋医学的療法を取り入れた歯科治療と、女性ならではのこまやかな心配りが、患者さんに喜ばれている政財界、芸能界、文化人の有名患者さんも多い。

## 医学博士

日本歯科東洋医学会常任理事・認定医・専門医

日本統合医療学会代議員・指導医

愛知学院大学歯学部講師

東京商工会議所女性会理事