知覚過敏が原因!? 病気を引き起こす悪循環

あけましておめでとうございます。
皆さま、年末年始は
ゆっくりとお休みできましたか？
普段できない分、たくさん食べて
たくさん寝ていたら正月太りしていた…！
なんて方も多いかもしれませんね。

正月太りは放置すると、
数か月後にはさらに体重が増える、といった
悪循環が生まれてしまいます。

こうした「放っておくと危険な異変」は、
はじめは大したことがなくても、
気づいたときの早めの対処が肝心です。

実は、
「ちょっと歯がしみる」ような「**知覚過敏**」も、
そんな**「異変」**のひとつなのです。

◆そもそもどうして「しみる」？ 知覚過敏のメカニズム

歯の刺激を脳に伝えているのは「神経」です。

神経は、無数の穴が空いた
「象牙質」という組織に覆われています。

さらに、象牙質は「エナメル質」、
「セメント質」に覆われているため、
本来であれば、
「刺激」が神経まで直接伝わることはありません。

しかし、何らかの原因で
エナメル質やセメント質が失われると
象牙質の穴を通じて
神経に刺激が伝わるようになります。

この刺激が「**知覚過敏**」**の正体**です。

◆どうしてエナメル質やセメント質が失われるの？

エナメル質やセメント質が失われる原因は
いくつか考えられますが、
皆さまにとって身近な病気である
「むし歯」や「歯周病」も原因のひとつ。

むし歯になるとエナメル質が溶け、
また、歯周病になると
「歯ぐき下がり」を引き起こし、
セメント質が露出してしまいます。

セメント質はエナメル質と比べてとももろく、
ブラッシング程度の刺激でも
あっという間にすり減って、
象牙質がむき出しになってしまうのです。

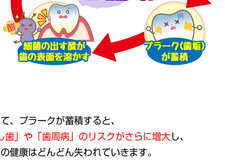
◆知覚過敏が「悪循環」を生む！

知覚過敏を放っておくと、
その痛みから歯が磨きづらくなり、
プラーク（歯垢）を落とせにくくなります。

すると、蓄積したプラークに潜む**細菌**が
酸を出して歯の表面を溶かし、
知覚過敏を悪化させます。

その結果、
さらに磨きにくくなり、
どんどんプラークが増えてしまいます。

知覚過敏はしっかり治療しないと
こうした悪循環に陥ってしまうのです。



そして、プラークが蓄積すると、
「むし歯」や「歯周病」のリスクがさらに増大し、
お口の健康はどんどん失われていきます。

ひとくちに「歯がしみる」といっても、
原因は知覚過敏のほかに多数あります。

大切なのは、
根本的な原因をしっかり把握し、
対処することです。

しかし、その原因や対処法を
ご自身で判断するのは非常に難しいため、
歯がしみたときには必ず歯科にご相談ください。

健康なお口で、
楽しい新年を迎えましょう！

SEE YOU NEXT TIME