

## ★ 歯が黄色くなるのはなぜ？

### 歯が黄ばむ原因

- 1位 加齢による変化
- 2位 飲食物のカス  
コーヒー、カレー 等
- 3位 たばこのヤニ
- 4位 幼少時の特定の抗  
菌薬(テトラサイクリン系)

歯磨きは、朝夕だけでなくお昼も  
歯を磨く習慣を身に付けましょう

「歯が黄色っぽくて…」  
「歯を白くしたいけどどうすれば…？」  
等々お悩みの方、担当医や女性スタッフ  
にお気軽に声をかけて下さい。

読売新聞より

喜ばれることに喜びを…

### 小室歯科

- 天王寺診療所  
Tel: 06-6779-7082
- 難波診療所  
Tel: 06-6644-5661
- 天王寺ミオ診療所  
Tel: 06-6770-1182
- 関西国際空港エアプラザ診療所  
Tel: 072-456-8601



### 加齢・飲食 黄ばむ要因

明るくさわやかな笑顔の決め手は口元からのぞく、輝く白い歯。生え始めの白い歯が、だんだん輝きを失い、黄ばんでしまう。

質、その下に象牙質、神経や血管が通る歯髄がある。半透明のエナメル質から、内部の象牙質の薄い黄色が透けて見えるのが歯の色だ。

また、幼少時に特定の抗菌薬(テトラサイクリン系)を服用したことや、事故などの外傷による神経の壊死、虫歯の治療による神経の除去で起

こる変色もある。花王ヒューマンヘルスケア研究センターが18〜49歳の男女1777人の歯を分析し、黄ばみの有無や、主な黄ばみの原因を調べたところ、「白い歯」と判定された人は20%にとどまった(グラフ)。

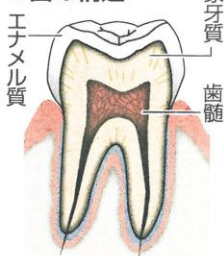
加齢による変化の次に多かったのは、飲食物のカスやたばこのヤニが歯の表面に付着することによる黄ばみだ。特に、色素の強いものに注意したい。代表的なのは、コーヒーや紅茶、ウーロン茶、赤ワインやカレーだ。といったも着色を心配して、好物を敬遠しなくても大丈夫。

### 歯を白く

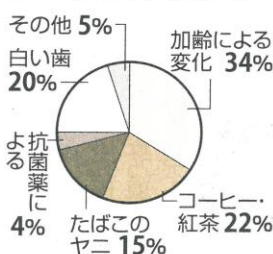
昭和歯科病院(東京都大田区)美容歯科教授の真鍋厚史さんは、「自然な歯は真っ白でなく、やや黄色がかっています。さらに、飲食物などによる着色や加齢により、黄色くなります」と説明する。歯の構造は3層になっている。厚さ1、2ミリのエナメル

これが、加齢により、①エナメル質が薄くなる②象牙質がより黄色く変化する③エナメル質の内部に、唾液中のカルシウムやリンなどが堆積し象牙質が透けやすい構造になる—といった変化が起きる。より黄色く見えるようになる。

#### 歯の構造



#### 歯の色の調査(花王調べ)



同センター主任研究員の磯部勤さんは、「歯の表面についていた直後の汚れは落ちやすい。歯磨きは朝夕のみという人も、昼に汚れがつきやすい飲食物を口にしたなら、きちんと歯磨きをする習慣を身につけて下さい」と話している。

今週は医療情報部の担当です。

くらしの学び

