

始めよう 禁煙!!



喫煙による口腔への 健康被害をご存じですか?

喫煙による健康被害は肺疾患だけではありません。
口腔と肺だけが直接タバコの煙と接します。タバコの煙に含まれる、
一酸化炭素、タール、ニコチンは三大有害物質と言われ、
特にニコチンは粘膜からも吸収され、口腔がんや色素沈着などを引き起こします。

喫煙による口腔内への 健康被害

細胞の中からニコチンの
ダメージを受けて、正常な働きが
できなくなります!!

- 血管が貧血になり歯肉の色がくすむ
- 歯周病の発症や進行が早まる
- 口腔がんになる確率が高まる
- 傷の治りが悪い ●口臭

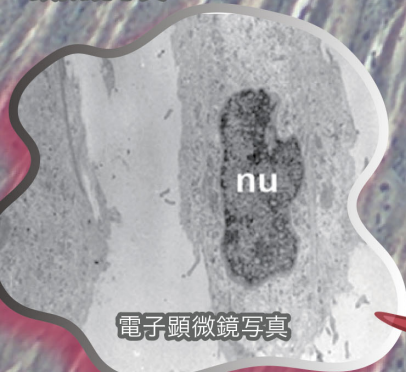
健康な歯肉

21歳女性



顕微鏡写真

健康な歯肉の細胞



電子顕微鏡写真

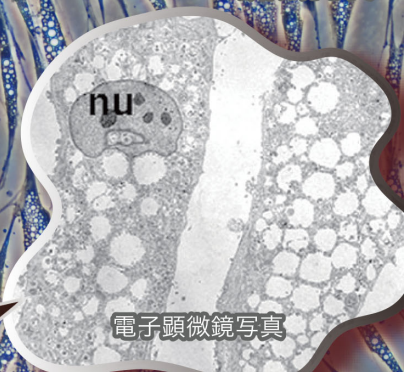


喫煙者の歯肉

38歳女性

顕微鏡写真

ニコチンを作用させた 歯肉の細胞



電子顕微鏡写真

健康な歯肉の細胞にニコチンが作用すると、
ニコチンが細胞内へ取り込まれます!

nu: 細胞の核

細胞内の空胞



非喫煙者に比べ
歯周病の罹患率が高い

歯周病治療の効果を減少させる

歯周治療では喫煙により非外科治療、外科治療
(歯周組織再生治療、インプラント治療を含む)とも
治療の予後に悪影響をおよぼす危険が高まります。

喫煙と歯周病

歯周炎が
より進行していく

喫煙は、喫煙病とも呼ばれ、
ニコチン依存症+喫煙関連疾患であると考えられています。

やめよう
喫煙!!

歯も大切に

今から
禁煙!

STOP
SMOKING

禁煙のメリット

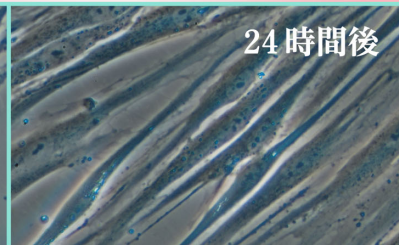
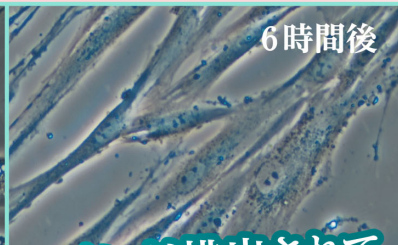
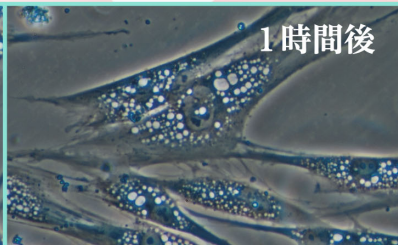
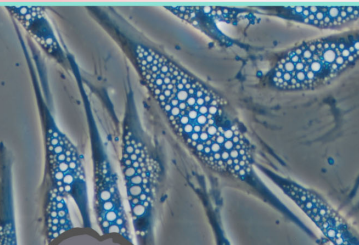
病原菌の攻撃に
対抗する力が回復する

治療効果が上がり始める

歯肉の血流が回復

歯周病のリスクが低下する

傷んだ組織が
回復に向かう



歯肉の細胞に取り込まれたニコチンが排出されて
細胞は回復傾向を示します

日本歯科大学 五十嵐 寛子 画像提供

禁煙は歯周病の予防・治療のもっとも有効な対策のひとつです

58歳 男性 喫煙者

禁煙 1年後

禁煙 9年後 (67歳)

禁煙 15年後 (73歳)



禁煙に伴い歯周組織は健康になり、歯肉のメラニン色素沈着は、禁煙1年後では
残存したものの徐々に消失し、きれいな健康的な歯周組織になりました。

禁煙しよう!
とおもったら

専門家による禁煙サポートを
受けてみませんか?

関連資料



特定非営利活動法人
日本歯周病学会
健康サポート委員会