

歯の色について

こあら新聞

第24号

担当 長澤 優香



皆さんはご自宅で歯のチェックをされる時に何が気になりますか？一番はやはりむし歯になっていないかだと思いますが、その次に気になるのは歯の色ではないでしょうか。着色（ステイン）は目に見えて色が変わっているため、痛みなどがなくとも意識される方が多いようです。しかし天然の歯そのものの黄色っぽい色が、着色ではないかと歯のクリーニング来院される方も多いので、今回は着色と歯の変色についてご紹介したいと思います。

①天然歯について

歯の色は、一般的に白色をイメージしがちですが、本来は少し黄色味があったアイボリー色となります。歯は一番外側にエナメル質、内側に象牙質の二層構造により中の神経が守られています。そのエナメル質は無機質が大半を占めているため、透明度が強く内側の黄色味がかった象牙質が浮き出てくるのです。これは個人

差がありますが、少し黄色味がかったくらいの色が自然なのです。

②着色について

歯の表面には、唾液に含まれる糖タンパクが保護膜のように覆っています。その膜は、菌が出した酸によるエナメル質の溶解を遅延させる役割を果たしています。ですが、唾液中のカルシウムイオンやイオウの結合体を介して着色となる物質を付着させます。

その着色物質が幾層にも重なり褐色化反応や縮合反応が起こることによって、はつきり目に見えてくるようになります。

③歯の着色、変色の原因

お茶、コーヒー、赤ワイン、チヨコレートなどポリフェノールを多く含むものが着色としてつきやすくなります。カテキンやタンニンもポリフェノールの1種になります。

またカレーやコーラなど茶褐色または黒褐色の色素の強いもの、タバコによるヤニ（タール等）によるものも含まれます。

永久歯が作られる時期（胎生約4ヶ月頃〜作られ始め、出生後から石灰化を開始）にテトラサイクリン系の抗生物質を長期使用することによって変色することがあります。またフッ素を大量に取り込むことで白い斑模様になることがごく稀にあります。



図3-13 外来色素(茶漬)の沈着

●むし歯、歯の内部の問題がある

詰め物の周りからむし歯になり黒く透けて見えてくることがあります。

また神経を抜いたり、歯をぶつけるなどして神経が死んでしまった歯（失活歯）は、内部のタンパク質変性のため黒く変色します。



図3-14 慢性むし歯による黒褐色の変色



図3-22 無髄変色歯

●詰め物の変色

樹脂系の白い詰め物（レジン）は、着色の物質を取り込みやすい上に本来の歯とは異なるため境目ができ、そこから着色物質が入り込みやすくなります。

●加齢による歯の器質的変化

エナメル質は咬耗や摩耗によって薄くなります。また、象牙質は肌の老化と同じで新陳代謝により年々色が濃くなってきます。

4 改善策

★ホームケア

特に着色になりやすいものを摂取した後に、歯磨きやうがいをする事によって軽減されます。また、歯磨き粉にピロリン酸ナトリウムが配合されているものは、着色物質を引き寄せるカルシウムイオンと結合して着色の付着を阻害するためつきにくくなります。

★歯のクリーニング

着色そのものを落とす方法です。

スクーリング→超音波を使った機械を使用して着色物質を浮かし、洗い流します。エナメルマイクロナブレーション法（エアフロー）→パウダー（重炭酸ナトリウム等）をウォータースプレーで歯面に吹き付けて着色などを除去します。

★ホワイトニング

歯の色そのものの色を変える方法です。

ホームホワイトニング
↓歯科医院で専用のトレーを作り、ご自宅で薬剤を入れて少しずつ色を変えていきます。薬剤が、歯の内部に取り込まれてしまった着色物質を少しずつ分解していく方法です。

ウオーキングブリーチ
↓失活歯にのみ適応で、歯の内側に薬剤を入れて漂白する方法です。

★補綴物を変える

保険で使われる白い詰め物は樹脂系のものであるため、長年使っていると着色物質が取り込まれてしまいます。それに対して保険外の白い物は、陶材のようなものを使用しているのので変色は起こりにくくなります。

最後に

着色はどんなに気をつけていてもついてしまいますし個人差があります。そのため定期的なメンテナンスという形で歯のクリーニングをし、お家では着色のつきやすいものを摂取したら早めに歯磨きやうがいをするなどを心がけることでつきにくくなります。笑った時に見える白い歯はやっぱり理想ですよ。

♡あら先生より一言♡



暑い毎日ですが、食欲が落ちる心配がありません。

夏到来♪少しずつ運動再開！やっぱ汗をかかって気持ちいいです！吉田

初！山寺の頂上まで登山してきて気持ちよかったです♪ 武田

毎週庭に花を植えている今日この頃。小人も置いちゃいました！ 仁藤

最近暑くてアイスのフルーツバーを夜に食べるのが楽しみ♪ 長澤

もうすぐ夏ですね！花火やお祭り楽しみたいです★ 板坂

はなにつけていって
着色はどんなに気をつけて



♡スタッフの広場♡