

タバコとお口の関係

青年期・壮年期シリーズ vol.7

タバコの煙には、約 5300 種類の化学物質が含まれ、その内の約 200 種類が有害物質です。さらに発がん物質は約 70 種類とされています。



妊婦さんがタバコを吸ったら……

- 赤ちゃんの発育が遅れ、早産や流産の原因になる。
- 出産時の異常が起こりやすい。
- 赤ちゃんが栄養不足、低酸素状態になり、低出生体重児になる確率が高くなる。
- 赤ちゃん出生後に乳児突然死症候群(SIDS)を引き起こす可能性がある。



タバコを吸うことで起こるお口への影響

●歯周病になりやすい

吸わない人に比べて歯周病になりやすく、悪化しやすい。

- ・タバコに含まれるニコチンの血管収縮作用により血流が減少し、歯肉に栄養や酸素が行き渡りにくい。
- ・喫煙により体の免疫機能が抑制され、歯周病菌が繁殖しやすい。
- ・歯肉にメラニン色素が沈着（歯肉の赤黒い着色）し、歯肉の炎症状態がわかりにくくなる。
- ・喫煙者は歯肉の血管が細くなっているため歯肉からの出血や腫れなどの症状がわかりにくく、歯周病進行の自覚が遅れる。

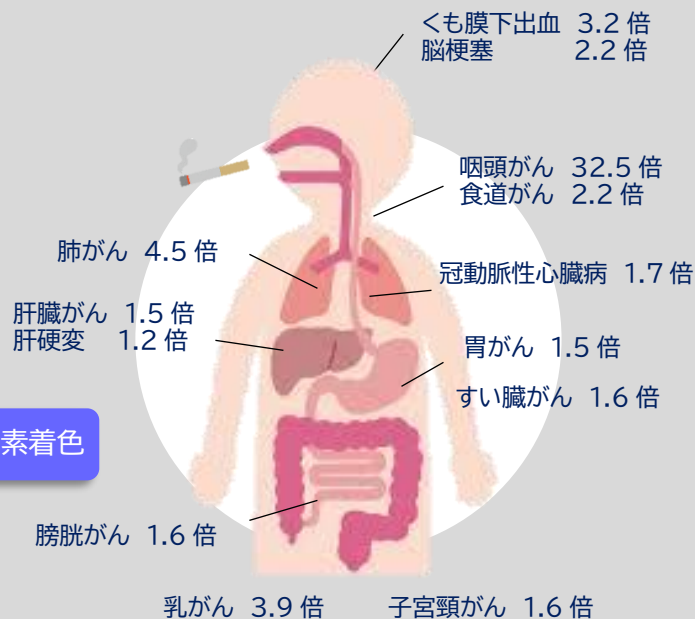


↓
歯周病の重症化

喫煙は歯周病の進行を早め、治りにくくさせます！

●口腔がんのリスクが高くなる。

吸わない人と比較して死亡率は約3倍になる。
他の疾病の死亡率も…



出典：NPO法人日本臨床歯周病学会

さらに怖い受動喫煙！ タバコを吸わない人も被害に！

タバコを吸った人が吐き出す「呼出煙」とタバコから立ち上がる「副流煙」で不特定多数の人の健康にも悪影響を及ぼします。これを「受動喫煙」と言い、副流煙のニコチンの濃度は、喫煙者が吸う「主流煙」の約3倍になると言われています。

タバコを吸わない子どもも受動喫煙で歯肉にメラニン色素が沈着します。

元の健康な歯肉の色に戻すには年単位の時間がかかります！



山形県口腔保健支援センター

（山形県健康福祉部がん対策・健康長寿日本一推進課内）

☎023-630-2337