

歯と天気の関係

青年期・壮年期シリーズ vol. 16



天候や気圧の急激な変化によって、体調を崩す人がいるけど、どうして天気が悪くなると体の不調や歯の痛み、歯周病の悪化などが起こるのかな？

天候や気圧の変化による痛みには、大きく分けて3種類の原因が考えられます。それは、以下の3つです。

- 1 低気圧による神経への圧迫
- 2 体力・免疫力の低下による炎症の悪化
- 3 交感神経の働き過ぎにより痛みを感じやすくなる

気温・気圧の急激な変化が起こってから、1～3日以内に歯周病が悪化する傾向があると研究結果でわかったそうです。

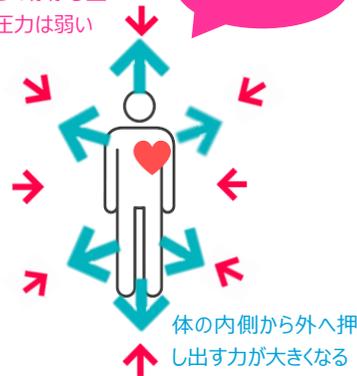
天気予報に合わせて歯医者さんの予約を入れると効果的に歯周病の予防ができるかもしれませんね。

1. 低気圧による神経への圧迫

高気圧は、空気の圧力が高いので、外から体にかかる空気の重さも大きくなります。反対に、低気圧は、空気の圧力が低く、外から体にかかる空気は軽くなります。低気圧になると体にかかる圧力が軽減されるため、体の外側から加わる力が弱くなってしまいます。

外からかかる空気の圧力は弱い

低気圧の場合



体の中には、空洞や血管などの管が多くあります。歯の中にも神経などが通る歯髄腔（しずいくう）という空洞があります。また、むし歯や歯周病が悪化している人では、歯の周りの歯肉や骨の中で慢性的に炎症を起こしている場合もあります。

低気圧になると、外から体を押す力が弱くなるため、体の中にある空洞や管が膨らみます。膨らんだ空洞や管などの組織が、周囲にある神経や血管を圧迫することで、痛みを感じてしまうのです。

だから、低気圧である雨の日は、歯が痛むという人が多いのです。

3. 交感神経の働き過ぎにより痛みを感じやすくなる

気温や気圧の変化に適応しようと自然と働いてくれる交感神経によって、血圧の上昇、心拍数や呼吸数の増加がおこります。血の流れが悪くなることによって、体が危険を察知して痛みを感じる機能が敏感になるそうです。

お口の中では、むし歯の治療後や傷などがそうした痛みを感じさせることがあるようです。普段は痛くなかったのに、突然治療したはずの歯が痛むというのは、気温や気圧の急激な変化によって、体温調節を頑張った結果なのかもしれません。