

2017年11月20日掲載

歯がしみるようになったら 知覚過敏の症状

だんだんと気温が下がり、水道の水も冷たくなってくると「歯がしみる」と訴える患者さんが増えてきます。その多くが知覚過敏の症状です。

知覚過敏とは、冷たいものや甘いものを口に含んだときや固いものをかんだとき、ブラッシング時などに一時的に「ピリピリ」「キーン」としみるものをいいます。

歯の表面は固く感覚のないエナメル質で守られており、その内部に外部からの刺激を感じる象牙質があります。歯の摩耗などで象牙質が露出したり、歯周病や不適切なブラッシングにより歯肉が下がり、象牙質でできている根の部分が露出したりすると起こる場合があります。歯ぎしりやくいしばりが原因の場合もあります。

日常の対処法としては、①歯を溶かす原因となる酸性の飲食物を過剰に取らない②軟らかめの歯ブラシと知覚過敏用の歯磨き剤を使ってやさしく磨く③ぬるま湯で口をすすぐ、などがあります。治療法には、露出部を樹脂や薬剤で刺激を遮断してしみにくくする方法があります。もちろん、歯がしみる原因には、深いむし歯や歯が割れていたりするものがありますので、自己診断は禁物です。

気になった場合はかかりつけの歯科医院にご相談ください。