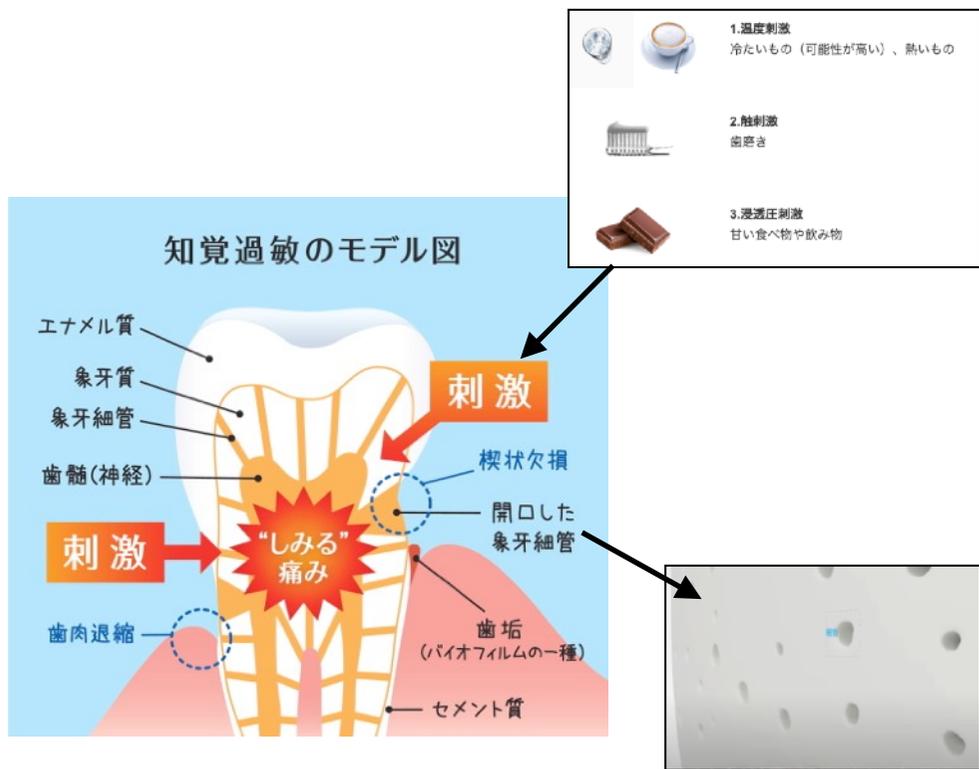




「冷たいものが歯にしみる」のは知覚過敏？

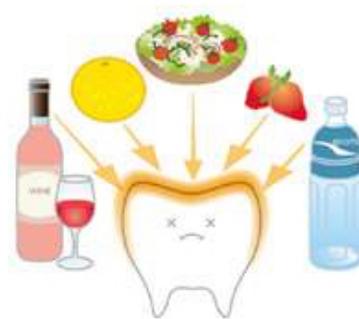
冷たいものが歯に染みていたら「知覚過敏のサインです」知覚過敏は開口した象牙細管に、冷水などさまざまなタイプの外部からの刺激によって生じる、象牙細管内の流体の急速な移動が、歯髄内の神経を刺激し、痛みを引き起こすといわれています。



象牙細管の開口の原因にはいくつかあります。まずは「加齢・磨きすぎ」による歯肉退縮(歯ぐきの後退)が挙げられます。磨きすぎないようにしていただくことはとても重要です。



次に酸蝕(ジュース、イオン飲料、ワイン、果物、お菓子など)、硬いものの食べ過ぎ、咬耗、磨きすぎ、歯ぎしり、食いしばり、TCH(歯列接触癖)による歯の摩耗が考えられます。この場合は生活習慣の改善が必要です。



「冷たいものがしみる」のは日常なことであっても、もしかしたら知覚過敏のサインかもしれません。そのサインを見逃さず、早めに歯科医の診断を仰ぐことが悪化させないための第一歩です。早期発見、早期治療を心がけるようにしましょう。

