

歯周病と可視総合光線療法

一般財団法人光線研究所
研究員 佐藤 仁
所長 医学博士 黒田 一明

日本人の歯を失う原因の第一位は「歯周病」です。歯周病は気づかぬうちに進行することが多く、気づいたときには手遅れとなり歯を失うことになる怖い病気です。歯を失うことにより、食生活に支障が出て、体力や免疫力が低下し、生活の質に大きな影響がでてきます。また、近年、歯周病菌が糖尿病・心筋梗塞・認知症などにも関係していることが解っています。歯周病は早めの治療が大切です、正しい歯磨きと光線療法で予防して下さい。

■歯周病

歯には、食べ物を噛むたびに体重に匹敵する力がかかります。その力に耐えるしくみが歯肉（歯茎）と歯槽骨です。歯槽骨は、顎の一部で歯を支える骨です。歯周病は、歯周病菌により歯肉に炎症が起こり、その炎症が長引くことで、歯槽骨が徐々に破壊され、歯を支えられなくなり、最終的には歯が抜ける病気です。歯周病菌が口中にいないければ歯周病になることはありませんが、歯周病菌は、親子や夫婦、パートナー間などで簡単に感染するため、日本人の8割が歯周病と言われています。

◆歯周病の進行メカニズム

歯周病菌は、嫌気性（空気が嫌いな菌）で、歯と歯茎の隙間（歯周ポケット）に住みつきます。歯周ポケットの深さは健康ならば約2～3mmで、この程度なら歯周病菌も悪さをしません。

歯周病菌は、食事で摂取する糖質でプラーク（歯垢）と呼ばれるネバネバした物質を作って歯にくっつきます。プラークは唾液やうがいでは取れにくく、歯磨きでこすり落とすことが必要です。プラークは2週間ほどで歯石になります。歯石は、表面がざらざらして歯周病菌の住処になるため取り去る必要があります。歯石は、残念ながら歯磨きでは取れないので、歯科で定期的に除去してもらう必要があります。普段から歯石になる前のプラークの段階で、しっかり歯磨きでこすり落としておくことが大切です。歯周病菌は歯磨きが不十分な場合や不衛生な口内環境などにより増殖します。また寝不足やストレスなども歯周病の原因となります。

◆歯周病と免疫

歯周病で歯茎に炎症が起こるのは、からだの正常な免疫反応によるものです。この免疫反応により、歯や歯茎についての歯周病菌は、唾液や歯肉の免疫機能によって排除されます。しかし、歯磨き不足、磨き方不良、生活習慣の乱れ、加齢による免疫力の低下、歯周ポケットが深くなるなどにより、歯周病菌が多くなると、驚くべきことに異常となった免疫反応が歯を異物とみなし、排除しようとはたらきます。この場合、骨を破壊する破骨細胞が活性化され歯の土台である歯槽骨を破壊していきます。つまり免疫機能異常が歯本体を攻撃するようになるのです。

◆歯周病の治療

歯周病により歯槽骨が破壊されると元に戻すのは難しいので、歯周病は予防と早期治療で進行させないことが大切です。日頃から正しい歯磨きと、出来るだけストレスをためない生活習慣を身に付け歯茎の腫れや出血、歯のぐらつき、口臭など歯周病の症状がないかチェックすることが必要です。歯科で定期的に歯石を取り除き、歯周ポケットが深くなるようにすることが大切です。歯周病が進行すると、見える部分の歯垢や歯石の除去だけではなく、手術により歯周ポケットの奥の歯石を取り除くことが必要となる場合もあります。

■可視総合光線療法

光線療法は熱と光の効果により自律神経の働きを助け、ストレスを緩和し、またよく眠れるようにすることで歯周病の悪化要因を減らします。さらに、唾液の分泌を促進したり、歯茎の血行を良好にしたりして、歯周病菌に対する免疫機能を強化することにも役立ちます。

残念ながら光線治療では破壊された歯槽骨を元に戻すことやプラーク、歯石を除去することは出来ませんが、歯茎の腫れや痛みや出血などの炎症を抑える作用があるので、歯科での治療と併用して行うことが効果的です。抜歯後の痛みや傷穴回復にもたいへん効果がみられます。

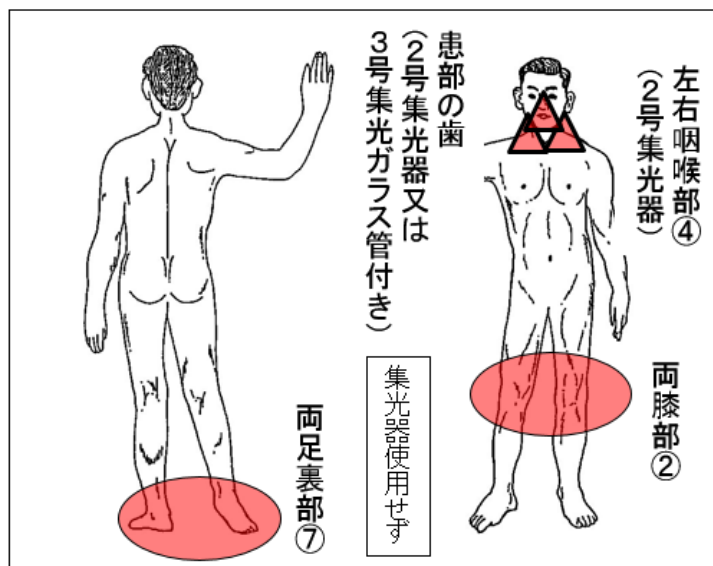
◆光線治療方法

治療用カーボン

- 歯の強化・歯周病の予防
3000-5000番
5002-5002番
- 腫れや痛みがある場合
3001-4008番
1000-3001番
4001-4008番など。

照射部位（基本部位）

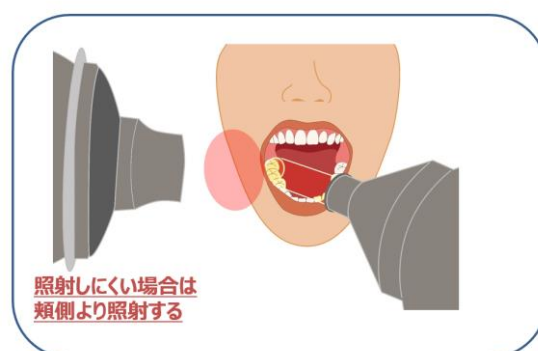
- ・両足裏⑦ 10分間
 - ・両膝② 5分間
 - ・左右咽喉部④ 各5分間。
 - ・歯患部は、2号集光器又は3号集光ガラス管付き 10~30分間。
- ※患側の歯には症状によりさらに長時間照射することがある。



前歯のガラス管での照射方法



奥歯のガラス管での照射方法



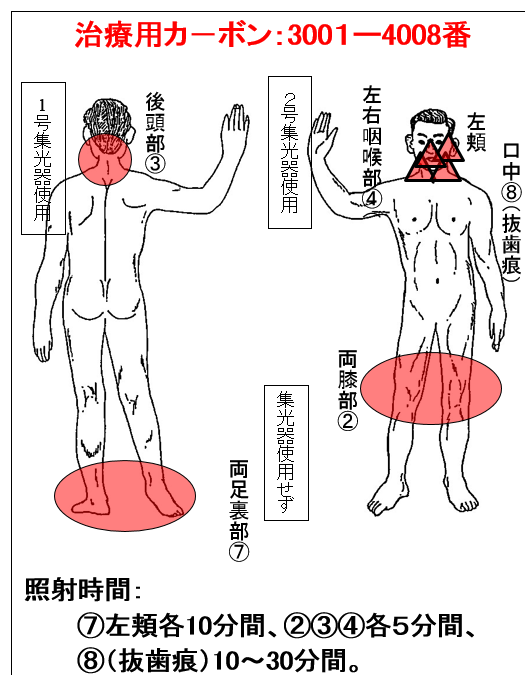
【治療例1】 抜歯後の痛み 66歳 女性

症状の経過：

- ・40代半ばより糖尿病を指摘されたが、放置。
- ・60歳過ぎから歯のぐらつきがあり、歯科で「歯周病で歯周ポケットが深くなっている」と指摘された。
- ・定期的に歯科で歯石除去と丁寧な歯磨きも心がけていたが、歯周病は進行し、66歳のときに左上の奥歯のぐらつきが強くなり、抜歯した。
- ・しかし、3週間経っても抜歯後の痛みがとれずに困っていた。
- ・光線治療は、40歳頃から友人の勧めで時々行っていたが、今回抜歯後の痛みで当附属診療所を受診。

治療の経過：(当所での治療)

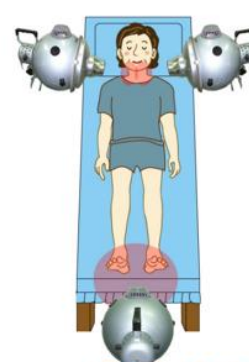
自宅で抜歯後の痛み光線照射を行っていたが、3号集光器ガラス管は使ってなかった。当所の指導で、ガラス管の使用と頬側からの照射を続けたところ、数日で抜歯後の痛み消退した。今後の歯周病の進行抑制、糖尿病のコントロールのためにしっかり光線治療を続けることにした。



1回目:⑦①②左頬



2回目:⑦②③⑧



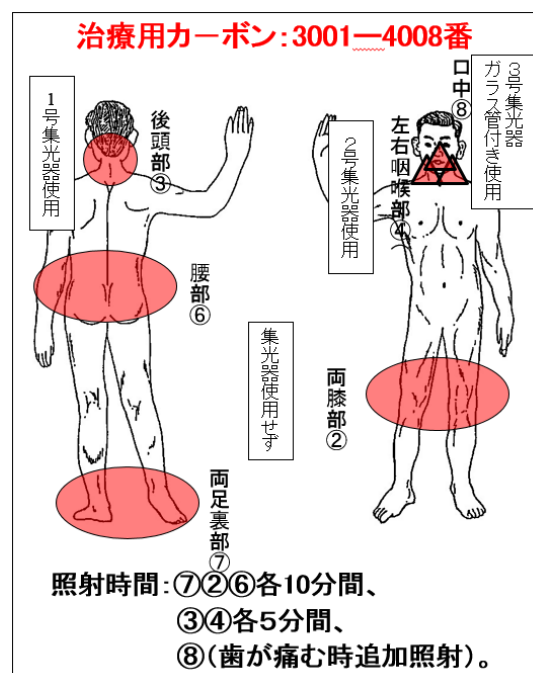
3回目:⑦④

各10~15分間。

【治療例2】 歯周病・膝痛・腰痛 74歳 女性

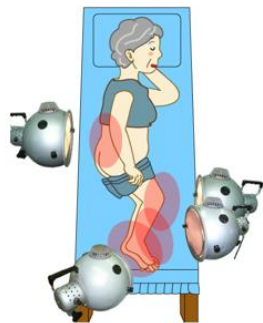
症状の経過：

- ・虫歯はなかったが、若い頃から歯周病があり、40歳頃に悪化して、歯茎の腫れや出血、首のリンパまで腫れる状態だった。
- ・歯科では腫れが治まらなると治療出来ないと言われて、20代より時々使っていた光線治療を自宅で行った。
- ・光線治療を行うと、腫れがとても早く治まったが、歯周病が進行していた歯は自然と抜けた。
- ・そんなことを繰り返し、50歳頃には、自分の歯は上下数本ずつ残すだけになっていた。



治療の経過：(当所での治療)

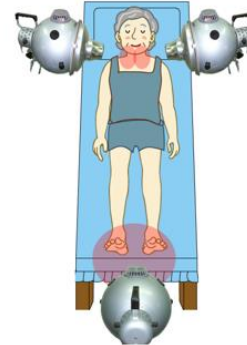
加齢と共に、膝痛や腰痛も出てきたので、光線治療を自宅で行い症状は軽くなっていた。残り少ない歯にも、時々痛みや腫れが出るので、歯科治療とともに光線照射を行って痛みは緩和している。



1回目：⑦①②⑥



2回目：⑦②③⑧



3回目：⑦④

各10～15分間。

【治療例3】 歯周病・認知症 88歳 男性

症状の経過：

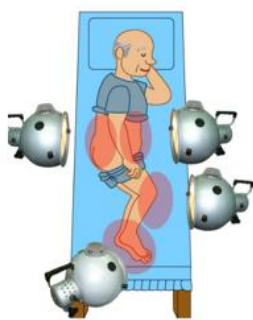
- ・ 歯周病は50歳代頃より指摘されていた。
- ・ 70歳後半には、特に左奥歯上下で進行していた。腫れと痛みとぐらつきがあり抜歯を勧められていたが、右側の歯で食事をしてしのいでいた。
- ・ 物忘れも年々ひどくなっていた。
- ・ 病院でたまたま知り合った人に光線治療を勧められ当附属診療所を受診した。

治療の経過：(当所での治療)

自宅に光線治療器を用意して自宅治療を始めた。光線治療を行うと、歯茎の腫れや痛みが軽減し、1カ月間治療すると、食事を噛めなかった左側でも噛めるようになった。物忘れも減って、頭がすっきりした感じがあった。80歳頃までは、この様な体調で過ごせていたが、その後物忘れがひどくなり、検査の結果、認知症の診断で入院した。歯のぐらつきも強くなっている。

治療用カーボン：3001-4008番

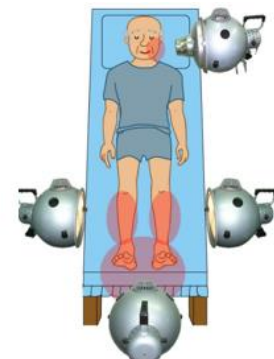
照射時間：⑦10分間、②⑤⑥③各5分間、④左奥歯、左頬各10分間。



1回目：⑦②⑤⑥



2回目：⑦②③左奥歯



3回目：⑦左頬
(左右下腿)

各15分間。