

Q 黄色い歯 白くするには？

友達と旅行に行き、記念撮影をしました。写真を見て悲しくなりました。ほかの人に比べて私の歯は黄色いのです。それまで意識したことはありませんでしたが、写真に写った私の歯は、どう見ても黄ばんでいます。それからというもの、人前で笑えなくなってしまいました。黄色い歯を白くする方法はあるのでしょうか。

(茂原市、女性 35歳)

お口の健康相談室

それは気の毒な思いをされましたね。ですが、あまり心配しないで下さい。私たちの歯は、個人差はありますが、もともと黄色っぽいのです。

また、「歯の色」の印象は、前歯の見え方でも違ってきます。前歯がよく見える人ほど歯の色は明るく、唇に隠れて見えにくい人ほど暗く映ります。肌

色く見えますし、褐色に日焼けしたスポーツマンの歯は純白に輝いて見えるのです。

一方、歯の色が年齢とともに黄ばんでくるのも事実です。その原因はいくつかあります。紅茶やコーヒー、赤ワインなどを頻繁に飲むと歯に着色します。湯飲みに茶渋が付くのと同じです。たばこを吸う人も歯が黒ず

歯磨きでかなり改善します。ただし、乱暴な歯磨きは歯茎を傷めてしまうので要注意です。一度付着したステインは取れにくいので、歯科医院を受診し、専門の機器できれいにしてもらうのもいいでしょう。

表面的な汚れではなく、虫歯の治療で歯の神経を抜いた後で、歯質自体の色が変わること

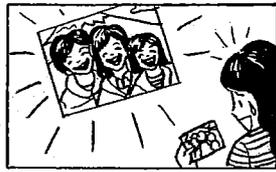
A 専門の機器で汚れ除去

の色との対比でも歯の色の印象は変わってきます。おしろいを塗った京都の舞妓さんの歯は黄

みます。このような着色は、歯にステインと呼ばれる汚れが付いているためで、毎日の丁寧な

があります。また、妊娠中の女性にテトラサイクリンという抗生物質を飲むと、子供の歯に茶色のしま模様が出ることもあります。

気になる場合は、歯質自体の色を白くするホワイトニングという方法や、歯にセラミックなどの白い「冠」をかぶせる方法があります。これらは歯の状態によっては希望がかなわないこ



イラスト・めいもも

ともありますし、歯科治療なので、実施にあたってはレントゲン撮影や細かい診察、検査が必要です。

歯が黄色く見えるのは決して異常ではありません。どうしても気になるようであれば、歯科医に相談してみてください。

◆ 県歯科医師会の協力で、歯や口に関する悩みや相談に歯科医師が答える「お口の健康相談室」をスタートします。掲載は月一回程度の予定です。普段の治療で歯科医師に聞けないことや、歯や口に関する悩みを募集します。

住所、氏名、年齢、性別、電話番号を明記し、〒260・0013千葉市中央区中央4の15の3読売新聞千葉支局「お口の健康相談室」係まで、はがきかファクス(0433・2255・2190)・メール(chiba@yomiuri.com)でお寄せ下さい。