

第十章 ホワイトニング

ホワイトニングとは薬液を用いて歯を“白く”する方法です。歯を削る必要がないため、気軽にできる審美歯科治療のひとつです。通常、ホワイトニング効果は30日前後で実感できます。大事な商談や面接、結婚式前にエステ感覚で治療される方も多いのが特徴です。

歯科医院でおこなうホワイトニングをオフィスホワイトニング、自宅でおこなうホワイトニングをホームホワイトニングと呼びます。

●オフィスホワイトニング

オフィスホワイトニングは歯科医院でおこない、15～38%の過酸化水素製剤を用いて、レーザーやLED、ハロゲンライトを歯面に照射して過酸化水素の分解を促進させます。

●ホームホワイトニング

ホームホワイトニング自宅でおこない、5～38%の過酸化尿素製剤を使用します。樹脂製のマウスピース（オーダーメイド）を持ち帰っていたときジェル状の薬液を入れて使用します。就寝中にマウスピースを装着して30日間後には白い歯に変化します。ただし、個人差がありますのであくまで目安です。

●ホワイトニング後に注意が必要な食品

ホワイトニング1時間以内（直後）

柑橘系飲料や果物、コーラ、ビタミンC（クエン酸）、酢の物、梅干しなど酸っぱい食品。

ホワイトニング24時間以内

コーヒー、コーラ、紅茶、ウーロン茶、赤ワイン、煙草、カレー、ケチャップ、醤油、液状漢方薬などの色が濃い食品。

●ホワイトニングの流れ

1.カウンセリング

口の中をチェックしてホワイトニングの方法を相談の上、決めます。

2.歯面の清掃

ホワイトニングの前に歯の汚れ、着色を取除き薬のしみ込みを良くします。

3.ティーストリートメント

歯を強化し歯がしみるのを抑えます。

4.ホワイトニング

適切なホワイトニング方で歯を白くします。

5.ティーストリートメント

ホワイトニング後に歯がしみている場合、必要であればトリートメントをおこないます。

6.フッ素コーティング

ホワイトニング後、フッ素とアパタイトにより歯を強化します。

7.メンテナンス

ホームホワイトニングで白い歯を維持します。

8.オフィスメンテナンス

定期的に歯科医院でメンテナンスをおこないます。



●ホワイトニング効果が表れにくい歯、できない歯

気軽に受けられるホワイトニングですが、効果が表れやすい歯とそうでない歯、もしくはホワイトニングができない歯があります。

《ホワイトニング効果が表れにくい歯》

- ・抜髄処置がしてある歯（画像 1）
- ・歯が外傷を受け変色している
- ・抗生物質の影響で歯が縞模様やグレー・茶色に変色している（画像 2）
- ・歯の成長過程で、エナメル質が十分に成長しきれなかった場合
- ・歯の成長過程で、象牙質が十分に成長しきれなかった場合

《ホワイトニングができない歯、できない方》

- ・補綴物（差し歯、被せ物）が装着されている歯
- ・妊娠・授乳中の方
- ・虫歯が多い方
- ・知覚過敏の方

《対処法》

- ・抜髄処置がしてある場合は、ブリーチングと呼ばれる方法である程度は回復できます。
- ・補綴物の場合は作りなおすことになります。その場合、天然歯をホワイトニングしてから、その色に合わせて補綴物をやり直すことをお勧めします。
- ・極度な変色歯の場合は、エナメル質のみ削除してラミネートベニアクラウンで修復することができます。その場合はある程度の形の修正ができます。歯の形を変える、歯の隙間を埋める、希望の色にするなど、審美的により満足していただけます。



左は抜髄処置後、2年ほど経過した歯です。抜髄すると栄養供給がなくなるため、黒ずんで弱い歯になります。右はブリーチング（漂白）した歯です。審美的な限界はありますが、当分は使えそうです。



ラミネートベニアクラウンはエナメル質のみ削除して、削った分をコンタクトレンズのような薄いセラミックスのシェルでカバーします。

●治療例



当院での治療例です。ホワイトニング前はいわゆる“黄色い歯”です。オフィスホワイトニングとホームホワイトニングでここまで白くて美しい歯になります。

●VIVID ホワイトニングシステム

当院は VIVID ホワイトニングシステムを採用しています。LED を使った本格的なホワイトニングが自宅でき、しかも熱を発しないので安心して使用することができます。

・ VIVID ホワイトニングシステムの流れ

1. 歯を磨き、歯面をきれいにします。
2. リップリトラクター（開口器）をつけます。この時、歯面の水分はティッシュで十分に拭き取ります。
3. 指定のホワイトニングジェルのフタに付いたブラシで歯面にジェルを均等に塗り付けます。
4. VIVID で 8 分～15 分間、照射します。
5. ホワイトニングジェルが白く変色したのを確認して歯ブラシで軽くハミガキをして終わりです。



VIVID ホワイトニングシステム

《器材構成》

- ：リトラクター（開口器）
- ：LED 照射器
- ：専用ケース

ホワイトニングジェルとセットで
30,000 円です。

●ホワイトニングに関する Q&A

Q1：歯の漂白は歯に影響を与えますか？

A1：ありません。ただし、虫歯や歯ぐきの病気をお持ちの場合は治療を完了してから始めてください。

Q2：どれくらいで白くなりますか？

A2：最も早い方法は、1日2回を7日間続けると効果があります。

Q3：どれくらいで漂白されるのですか？

A3：個人差はありますが、1日2回を7日間続ける行程を3クール行なった時の色が最も白くなった色です。
なお、3クール以上行なっても色の変化はありません。

Q4：人工歯でも白くなりますか？

A4：歯の汚れはおちますが、元の人工歯の色以上は漂白されません。

Q5：口臭もなくなりますか？

A5：もともと口腔内の消毒に使われていたものなので、口臭予防の効果はあります。また、むし歯予防の効果もあります。

Q6：ジェルは安全ですか？

A6：FDA(アメリカ食品医薬品局)の認可を受けており、安全性には全く問題ありません。

Q7：知覚過敏になりませんか？

A7：ジェルは中性 (PH7) です。知覚過敏は起りにくいですが、万が一知覚過敏が起きた場合2日程ご使用をおひかえ下さい。再度始める時は1回の時間を10分に短縮して下さい。

Q8：子供でも歯の漂白できますか？

A8：永久歯の生え揃っていない16歳以下の方にはお薦めできません。

Q9：処方後どのくらいで元の歯の色に戻ってしまいますか？

A9：メインテナンス用歯みがきペーストを使えば、5～6ヶ月は維持できます。市販の歯みがきペーストは、2～3ヶ月で戻ります。

Q10：歯の漂白は一生続けても問題ないですか？

A10：一生続けても問題の無いよう配慮した成分が使用されています。

第十一章 口臭について

“臭い（におい）”と“匂い（ニオイ）”の区別は、“くさい”かそうでないかで分かります。また、好まれるか好まれないかの違いもあるようです。口臭は“臭”が用いられているように、好まれるニオイではありません。

また、口臭は病気のシグナルですので、自覚症状がある場合や家族など親しい人から指摘を受けた場合には治療をする必要があります。

●口臭の原因

ニンニクなどのニオイの強いものを食した以外であれば、ほとんどの口臭は歯周病が原因です。歯周病になると歯と歯茎の間にポケットと呼ばれる隙間ができます。その隙間にたまったプラーク内の細菌が老廃物として発生するガスの臭いです。口臭の原因になるガスは揮発性硫黄化合物（硫化水素やメチルメルカプタン）です。ニンニクや内科的疾患とは違う独特の強烈な臭いがします。また、舌の上にできる舌苔も同様に細菌の棲家のため、口臭の原因になります。

●口腔系以外の口臭

糖尿病、胃腸疾患、内科的な疾患でも口臭があります。また、本人が気にしているだけの場合もあります。

●口臭の治療

まずは口の中の診査から始めます。歯周ポケットの深さや不良補綴物の有無など、口臭の原因と考えられる部分をひとつひとつチェックします。その後、診断をもとにして治療をすすめていきます。口臭の原因のほとんど

は、口腔衛生管理不足です。歯磨きなどのホームケアでは清掃が難しい部分（深い歯周ポケット）は私たちプロにおまかせください。

・口臭をなくすには

：行き届いたブラッシング

：デンタルフロスなどを使用して徹底的にプラークを除去

：舌苔の除去

：3～6ヶ月毎の定期的な歯科医院でのクリーニング

：不良補綴物の除去、作り替え

・不良補綴物が口臭の原因に

口臭の原因としての不良補綴物とは、歯質と補綴物の間に隙間が大きいものです。歯質と補綴物の境目は歯肉に隠れていることがほとんどですので鏡を見て判るものではありません。

「第五章 補綴物について」でお話しましたが、適合性に劣る材料の場合どうしても歯面との隙間が大きくなります。隙間にはプラークが溜まりやすく、歯ブラシやデンタルフロスを使用しても完璧には清掃ができません。プラークは早めに除去しなければ歯石になり、歯周病の原因になります。



歯質と補綴物の境目が露出して歯石や歯垢が付着した状態。ここまで進むと強い口臭がします（左）。歯肉に隠れている時には判らなかった支台と補綴物の隙間。歯肉が退宿すると明確になります（右）。

第十二章 金属アレルギー

金属アレルギーの方はピアスやネックレスが肌に触れた部分が汗ばむと発赤したり、ただれたりします。重度の金属アレルギーの場合は、指先や手のひらまでただれたりします。

ところでピアスやネックレスが原因であれば、外せば初期の症状は治まります。金属アレルギーを自覚している人であれば、皮膚科でパッチテストを受けてアレルギーのない金属を身につけるはずですが、では、口の中に入れる補綴物の金属についてはいかがでしょうか。

口の中は飲食物や体調の変化もあり、金属にとっては過酷な環境です。風雨にさらされる車のボディよりも過酷です。塗装が酸性雨にやられるように、口の中が酸性にかたむくと金属の腐食がはじまります。金属は腐食によって不安定になり、金属イオンが溶出します。歯は硬組織ですがほとんどが粘膜で覆われている口の中は、金属イオンの吸収も起こりやすくなります。

●保険適用の金属は大丈夫？

国（厚生労働省）が認めた金属であれば、口の中に入れても大丈夫と思われがちですが実はそうでもないのです。

日本の保険適用材料の代表格（というか、それしか選べません）は、パラジウム合金と銀合金です。ところが医療先進国のドイツでは、保健省が歯科業界に対して、「幼児及び妊婦に、銅を含有するパラジウム合金と、水銀・銀アマルガム合金を使用しない」という勧告を行ないました。

これを受けてドイツ国内の歯科材料製造企業が製造販売する商品には“パラジウムフリー”と表記されています。また、金属そのものを口の中から排除する目的で、セラミックスや高品質の樹脂が開発・販売されています。残念ながら日本では商品や機材を導入し使用することはできませんが、保険

が適用されないため自費治療扱いとなります。

・パラジウム合金の組成

合金に重金属が含まれると、口腔内のような過酷な環境下ではかならず腐食します。金、銀も重金属ですが、貴金属は溶出しづらい金属です。

パラジウム合金（1g）中の成分		
金	12%	貴金属
パラジウム	20%	貴金属
銀	40%	貴金属
銅	16.5%	イオン溶出が心配される金属
亜鉛	数%	イオン溶出が心配される金属
スズ	数%	イオン溶出が心配される金属
その他	数%	

・金属アレルギー患者さんに現れる症状



掌腫膿疱症（ショウセキノウハウショウ）
原因は虫歯・歯肉炎などの病巣感染、歯科用金属やアクセサリーなどの金属アレルギーなど。



扁平苔癬（ヘンペイタイセン）
画像は口腔扁平苔癬です。
原因は外傷性、細菌性、金属アレルギー性、ウイルス性など。