

# 食べものの文化

特集

## 子どもと作ろう カンタン料理!

8

2009 August  
No.406

★食事作りで心の通い合い

★夏休みに役立つ! 保育園での食事作りのお手伝い

★親子でにっこり。家庭での食事作りのお手伝い

★夏休みに子どもと作れる料理レシピ



特別寄稿

人ごとと思ってほしくない「脳アレルギー様症状」

## 第24回 食と健康を考えるシンポジウム

### 参加申込はお早めに!

(5ページをご覧ください)

◆ レッツ・トライ手作り食品<sup>⑤</sup>  
トマトケチャップ 丸川由美子……………52

トピック 子どもの歯ぐきの黒ずみ・むし歯と家族の喫煙の関係 小石 剛・岡崎 好秀…54

◎ 新・感性を育てる子育て<sup>⑩</sup>  
ノコギリでも切れない糸 寺内定夫……………58

◎ 子どもの目線・大人の目線<sup>⑬</sup>  
お盆ご供養、リサイクル? 加古明子……………60

◎ 小学生は今<sup>⑰</sup>  
心に届くほめ方・叱り方 土佐いく子……………62

☆ 妊婦のつぶやき<sup>⑰</sup>  
妊娠・出産で気づいたこと 藤井奈緒子……………64

☆ リレー連載/お父さんも一緒!<sup>⑳</sup>  
愛しい距離 加藤靖成……………66

☆ 農の摂理と食のたしなみ(続々・うら谷津野良便り)<sup>⑤</sup>  
梅雨のなかで麦秋を迎えて 中島紀一……………68

特別寄稿  
人ごとと思つてほしくない「脳アレルギー様症状」 福井早智子……………70

● 世界の食事・食品表示調査  
晩秋のフィリピン・セブ島を歩く<sup>①</sup> 吉田 勉……………74

◇ 連載/まんが・うちのみーちゃん(229) 宇田川信子……………78

◇ FAX通信用紙……………79

◇ あとがき……………80

表紙絵 ● 大橋彰  
表紙デザイン ● (株)アイデス・プランニング  
イラストレーション ● フローラル信子・本田清美・久保守  
編集協力 ● ゆうプラン



# 子どもの歯ぐきの黒ずみ・むし歯 と家族の喫煙の関係

小石 剛

(こいし歯科・岡山大学大学院 行動小児歯科学分野)

岡崎好秀

(岡山大学病院 日本小児歯科 講師)

喫煙による身体への影響はみなさんよくご存知のことだと思えます。

またその副流煙による受動喫煙の身体への影響も、これまでたくさんの研究や報告があります。たとえば、夫の喫煙で妻（非喫煙者）の肺がん死亡率が約2倍になるといわれており、日本では他人のタバコで毎年なんと1〜2万人が死亡しているといえます。これはアスベストでの死亡率の約500倍です。

また子どもの前でタバコを吸うことで、乳幼児突然死症候群、呼吸器疾患、喘息、中耳炎、病氣入院増加、低身長、視力が悪い、知能の発達が悪くなる、などが解ってきています。

しかし成長発達期で感受性の高い子どもたちにとって、タバコの影響はまだまだ計り知れません。

## ◆タバコ臭い、ある幼稚園児

ある幼稚園の歯科検診に行くと、ひどくタバコの臭いをする子がいました。どうしても気になったのでその子に尋ねてみると、通園中の車中でお母さんがタバコを吸っていたのだといいます。その子はちよつと言い難そうに「先生、お父さんには内緒にしてな」とも言うのでした。

その子は数本のむし歯があり、以前に治療されている歯も何本かありました。しかし気になったのは、何より歯



(写真1) この子の歯ぐき

ぐきの色でした。その子の歯ぐきは、他の子どもたちよりずっと黒ずんで見えたからです(写真1)。

最近ではむし歯もどんどん減少し、地域差などはまだあるものの、検診には少し余裕が出てきました。すると、今まで見えなかったいろいろなことを見ることができます。

保護者のほうも、かなり細かく子どもの歯のことは見るようになってきています。心配ごとにもむし歯のことが減り歯並びのことなどに変わってきています。

そのような中で歯ぐき黒ずみにも注目し、タバコの影響について考えるようになってきました。

#### ◆約3割に歯ぐきの黒ずみ

私たちは幼稚園児85名と小学生166名の計251名を対象にし、歯科検診時に歯肉(歯ぐき)の着色(黒ずみ)について調べていきました。

結果、幼稚園児の約3割(23名)と小学生の約3割(51名)に歯肉の明らかな着色が見られました。このうちの約8割の幼稚園児(19名)と約7割の小学生(37名)は、父母など家族のどなたかが喫煙者でした。

これに対し歯肉着色のない(もしくは明らかでない)場合は、約3割の幼稚園児と約5割の小学生のみ家族の喫煙者がいました。

また小学生の歯肉の着色の度合いを調べたところ(4段階のチャート Class 1～4を作成…写真2)、明ら

かな歯肉着色のないClass 1、2の児童でも家族の5割弱に喫煙者はいましたが、最も黒ずみの多いClass 4の児童ではすべての家庭において喫煙者がいきました。

さらに、家族に喫煙者がいるとむし歯になりやすくなっていることも示唆されました。

むし歯のリスクを調べると、リスクの高いグループの約6割に家族に喫煙者がいましたが、低いグループでは4割にとどまりました。

### ◆喫煙と着色・むし歯の関係

歯肉の着色の原因は、タバコの煙のヤニが直接付着したものではありません。まだはつきりとしたものではありません。またはつきりとしたことは解ってはいませんが、肌の日焼けのように防御反応としてメラニンの沈着が起こっ

ていると考えています。

昔から、喫煙者特有に見られる顔の黒ずみや深いしわのことを「スモーカーズフェイス」と呼びます。またタバコによってしゃがれた声は「スモーカーズボイス」といいます。N・敏行さんやB・たけしさん、W・アキ子さんなどがその例です。

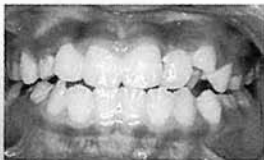
家族に喫煙者がいない場合で明らかかな着色の見られる子どもでは、口呼吸や上顎前突のように常に歯ぐきが露出している状態であることが多くみられました。むし歯のリスクが高くなる要因としては、まず副流煙による唾液の性状変化に



Class1



Class2



Class3



Class4

着色の判定は、歯肉着色の見本に基づき同一診査者が行った。  
歯肉着色スコアは、1：ピンク色の健全歯肉、2：弱い発赤はあるがほぼ正常歯肉、3：部分的に黒く着色、4：広い範囲で黒く着色として判定した。

(写真2)

よる口腔防御力の低下が考えられます。唾液は菌や菌ぐきなどの菌周組織を守る最も大切なものです。喫煙者の唾液はむし菌菌の作りだす酸に対して緩衝能という防御力が低下してしまいます。また唾液そのものの量も低下してしまいます。

タバコを吸う親にはむし菌が多く、そのむし菌菌に感染（母子感染）するか必然的にむし菌が多くなる、という報告もあります。

私たちが後日行なったアンケート調査で、「おやつを与える時間を決めていない」との回答が、明らかなる着色のない子どものグループに比べ着色のある子どもの家庭のほうが約1・5倍多い結果となったことは、家庭環境の問題を感じさせました。

親が若いほど喫煙率が高いという報告もあり（母…20歳以下40%以上、

父…20歳以下80%以上）、他の小学校で行なった調査ではじつに7割以上の家庭内で喫煙があることがわかりました。

### ◆ベランダで吸ってもダメ

また喫煙している親は副流煙の害の認識が低いことが多く、例えばベランダで吸っているから子どもには影響がないと考えている方が多いようです。

しかし子どもの体内に入るニコチンは（親がまったく吸わない場合を1として）、室内で15倍、換気扇の下で3・2倍、戸を閉めた屋外で吸っても2・0倍という報告があるように、親が禁煙しない限り子どもへの影響は避けられません。

今回の調査の結果から受動喫煙による身体への影響は、想像以上に低年齢

から現れていることがわかりました。

日々の生活の中で、親のタバコの煙に子どもたちの体は言葉なく耐えています。

言葉の変わりのメッセージとして、歯肉の着色があるのだと思います。

副流煙により発達期においてさまざまな影響があり、毎日の蓄積が将来に甚大な影響を及ぼすことになることが予想されます。

歯肉の着色は誰でもわかりやすく、少し注意すれば気がつくことができます。

親が子どもの歯肉の着色を見ることが、自らのタバコの影響に気づき禁煙のきっかけにしていただきたいと思えます。

そして子どもたちの健康で笑顔いっぱい未来を築いて頂きたいと、強く願っています。