

健康通信

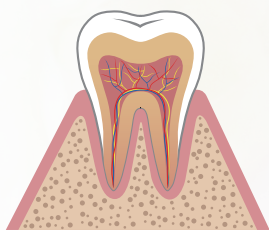
<春号>

歯周病

ポカポカと暖かい陽気を感じるようになりました。4月18日は「良い歯の日」です。「よ(4)い(1)歯(8)」の語呂合わせをもとに、日本歯科医師会が記念日を制定しました。この機会に、歯の健康状態を見直しましょう！

歯周病の特徴

歯周病は、歯と歯ぐき(歯肉)の間にプラーク(歯垢)が蓄積することで、細菌が繁殖して歯ぐきに炎症を起こし、歯を支える骨(歯槽骨)が侵される病気です。歯周病は症状が出にくく、症状が進むまではなかなか自覚しにくい病気でもあります。



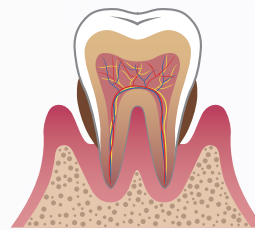
【健康な状態】

口内が清潔に保たれ、歯と歯ぐきのすき間もなく引き締まっており、出血がない。



【軽度の歯周病】

歯ぐきのはれ上がって赤みを帯び、はみがきやかたいものを食べると出血を起こす。



【中度の歯周病】

歯周ポケットの炎症が慢性化して、歯が溶け始める。口臭がひどくなり、うみが出る。



【重度の歯周病】

歯根を支えている骨がとけて露出し、歯のぐらつきがひどくなり、最後は抜けてしまう。

歯周病と全身との関係

歯周病は単に口の中の病気ではなく、全身の健康と大いにかかわる病気です。近年、歯周病の原因菌が気道や血液を介して肺や全身に廻り、心臓病や動脈硬化、誤嚥性肺炎などの発症や糖尿病のコントロールへの悪影響、早産や低体重出産などの一因となっていることが分かってきました。

【動脈硬化との関係】

歯周病の原因となる細菌が血中に入り、心臓の冠状動脈などに感染を起こすと、細菌のつくり出す毒素や炎症物質によって血栓ができやすくなり、動脈硬化が進む可能性があることが報告されている。



【肥満との関係】

BMI・体脂肪率・ウエストヒップ比率の値が大きいほど歯周ポケットが深い人の割合が多いという結果が出ており、メタボリックシンドロームを構成する脂質代謝異常が歯周病の発症や悪化のリスクファクターとなる可能性が示唆されている。



【糖尿病との関係】

血糖値が高い状態が続くと、タンパク質と糖が結合した物質が増え、その影響で歯肉の炎症も悪化しやすくなる。また逆に、歯周病菌が血中でつくり出すTNF-αという物質は、血中の糖濃度を制御するインスリンの働きを阻害することも分かってきた。



【たばことの関係】

喫煙は、糖尿病と並んで歯周病を悪化させる2大リスク因子といわれている。喫煙の習慣があると、歯周病が発症、進行するリスクは2倍～9倍に高まることが知られている。喫煙をやめないと、歯周病の治療効果が現れにくくなる。



歯周病は、**早期発見・早期治療**が大切です。
歯科クリニック等で定期的に健診を受けましょう。

