

歯周病が及ぼす身体への影響

近年は、歯周病が全身疾患や全身の状態に影響を及ぼすことが明らかになり、全身の健康を守るためにもお口の健康が重要であると認識されるようになってきました。

歯周病が及ぼす身体への影響については、歯周病原性細菌によって歯周組織に炎症が起き、歯と歯肉の間に深い歯周ポケットが形成されるような状態に

なり、そこから体内に侵入した細菌や、炎症した箇所で作られる物質が歯肉の血管を通じて血液に流れ込んでしまうことで全身の組織や臓器に何らかの影響を与えると考えられています。

また、さまざまな研究結果から歯周病が多くの疾患に影響を及ぼし、その発症や進行のリスク因子になることが明らかにされています。

狭心症・心筋梗塞
心臓の筋肉に栄養を送る冠動脈が狭くなったたり、詰まることで起こる心臓病。動脈硬化が進行しておきます。

心内膜炎
歯周病が悪化して、歯周病菌が血液中に流れ込み、心臓の内膜に歯周病菌が付着することにより引き起こすことがあります。

糖尿病
糖尿病の人は、免疫力が低下して、歯ぐきの炎症がおこりやすくなるため、糖尿病が歯周病を悪化させるといわれています。さらに歯周病がひどくなると、炎症によって出てくるTNF- α という物質が、インスリンの血糖値をコントロールする働きを妨げて、糖尿病の状態を悪くするといわれています。

胎児の低体重・早産
妊娠中はつわりなどで、歯みがきがむずかしくなりがち。そのため、歯ぐきの炎症がおこりやすくなり、歯周病になる人が多くなります。

骨粗鬆症
女性に多く、骨密度が低くなり、骨がもろく骨折しやすくなる病気。骨粗鬆症の人が歯周病になると、歯を支える骨が急速に壊れてしまいます。

認知症
物忘れが病的になった状態。歯周病予防による動脈硬化のリスクの低減が認知症の予防になります。

動脈硬化
血管が厚く硬くなり血管の内側が狭まる病気。歯周病菌が動脈硬化をおこしている血管に付着すると、血管を狭める作用を促進すると考えられています。

がん
歯周病菌によって炎症が起こりそれが続くことで正常細胞に異常をきたし、発がんにつながり、という説も出てきています。

肺炎
歯周病菌など、口の中の細菌が気管に入り込み、肺炎にかかることも。飲み込み力が低下しているとおこりやすくなります。

肥満
肥満はさまざまな生活習慣病の温床。食生活において歯周病予防を心がけると、肥満防止につながることがわかっています。また、しっかりと噛むと、唾液がよく出て口の中をきれいにし、歯周病を防ぎます。

パーキンソン病
手や足の指先が青紫色になって強い痛みがおこり、潰瘍になってひどくなると細胞が死んでしまう病気。喫煙者に多い。

井川町健康センターからのお知らせ

見過ごしていませんか？『歯』の健康。ご存知ですか？ 歯周病が及ぼす全身への影響。

いつまでも健口（健康）で、笑顔あふれる生活を！

「お口の健康は全身の健康の源」と言われ、特にむし歯や歯周病など歯科領域の症状が身体にも影響を与え、逆に身体の変化や症状がお口の中に及ぼす影響について関心が高まっています。

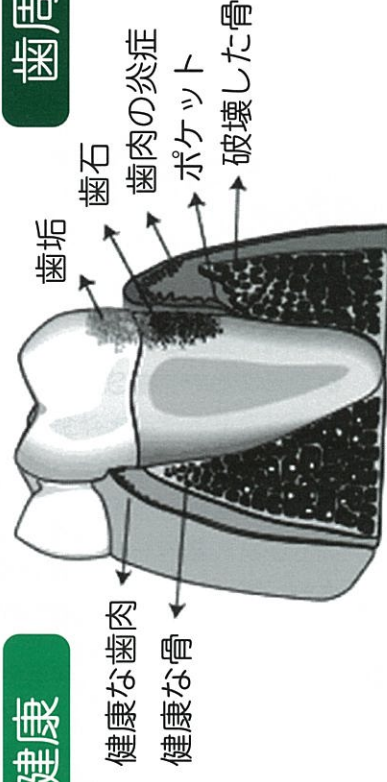
その中でも、生活習慣病の一つである歯周病が身体に及ぼす影響として、心臓・循環器疾患や糖尿病といった他の生活習慣病に深く関わっていることが明らかになってきました。

このことから、歯周病を予防し、治療後は適切に管理して再発を防ぐことが、身体全体の健康維持につながることになります。

現在、成人の約8割が歯周病に罹っているという報告もあるほど、歯周病は日常生活と切り離せないものとなりつつあります。いつまでも元気に年を重ねていくためにも、歯周病と身体の関係について理解を深め、健口（健康）を維持していきましょう。

健康

歯周病



歯周病とは？

歯周病とは、歯と歯を支える組織における様々な病態の総称です。歯ぐきの腫れや出血から始まり、放っておくとやがて歯がぐらつき抜けてしまうこともあり得ます。かつてよく耳にした歯槽膿漏（歯ぐきから膿が出る病気）は、歯周病の一つの症状を表しています。

わが国では中高年を中心に成人の約8割がこの歯周病にかかっていると言われています。

歯周病の原因は歯周病菌だけでも…。

歯周病の直接の原因は歯周病原性細菌（歯周病菌）ですが、歯周病菌のすみかとなる歯垢（プラーク）をためやすくなる悪い生活習慣にも注意が必要です。

こんな生活習慣は要注意！

1. 間食が多い
2. よく噛まずに食べる
3. やわらかいものを好んで食べる
4. ストレスをためやすい
5. タバコを吸う
6. 食べてから歯みがきをせずに寝てしまう
など歯をきちんと磨かない

歯周病は早期の治療とていねいな歯みがきで治ることもあります。町の循環器健診では、歯科検診も実施しております。この機会にぜひ受診しましょう。