



Dr's Message

## いきいき健康術 第145回

町立病院・診療所の医師や専門職員が  
健康情報をお届けします。

### 『歯周病は万病のもと』

はま おか ひで き  
濱岡 秀樹 歯科医師 (和知歯科診療所)



## 歯周疾患とは



歯周疾患とは、口腔内細菌により引き起こされる歯の周りの炎症疾患をいいます。お口のなかには数百種以上の常在菌がおり、食事のあとに歯磨きが不十分だったりすると、ネバネバした物質を分泌して集合体を形成して歯垢(プラーク)を作り出します。うがいでは落とせないその中には、1mgあたり10億個もの細菌がいるといわれています。

歯周病のもととなるのは、歯周病原菌といわれる細菌でこれは数百種ある細菌の総称です。歯茎が腫らすなど炎症を引き起こし、悪化すると歯を支える骨を溶かすなど歯の喪失の原因となっています。

歯周病原菌は歯茎が腫れていると血管へ侵入しやすくなり血管から全身へ巡ったり、誤嚥により口から気管や肺へ至るなどして全身の局所に炎症を引き起こすことがあります。近年、さまざまな全身疾患との関連性が明らかになってきています。

## 歯周病が全身に及ぼす影響

### \*糖尿病

歯周病になると分泌される炎症を引き起こすタンパク質が糖の代謝やインスリンの作用を妨げます。また、このタンパク質は歯周病をも悪化させるといわれています。そのため、歯周病は糖尿病の合併症のひとつとされています。

### \*狭心症・心筋梗塞・脳梗塞

動脈硬化を誘導する物質が出て血管に沈着物が出来て血液が流れにくくなります。歯周病がある方は脳梗塞を2.8倍発症しやすいといわれています。

### \*気管支炎・誤嚥性肺炎

食物残渣や唾液に含まれる歯周病原菌が気管支や肺の粘膜で炎症を引き起こします。加齢や手術後などで免疫能力が下がるとリスクが上がります。

### \*低体重出産

血中に侵入した歯周病原菌が胎盤を通して胎児に直接感染するのではないかとされています。そのリスクはタバコ・アルコール・高齢出産と比較して7倍近くあるといわれています。

これらの慢性疾患は、全身状態やその後の健康に大きく影響します。正しい口腔ケアを心がけて、歯周病細菌からのリスクを予防しましょう。