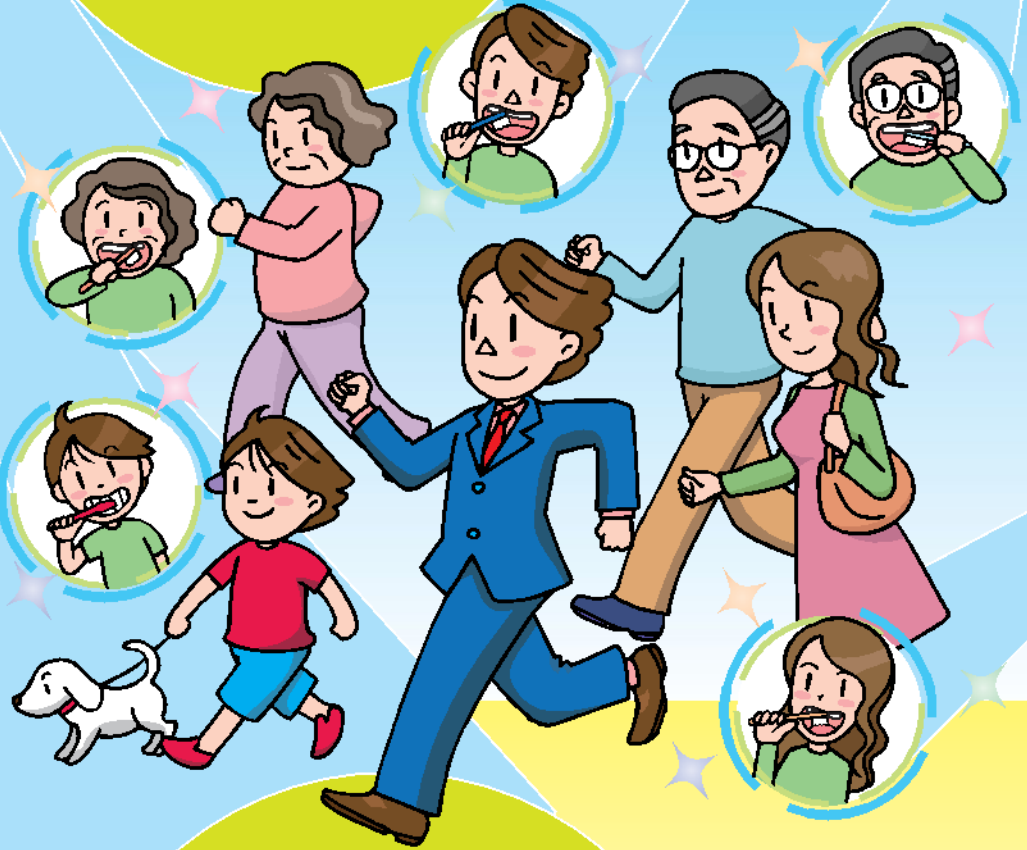


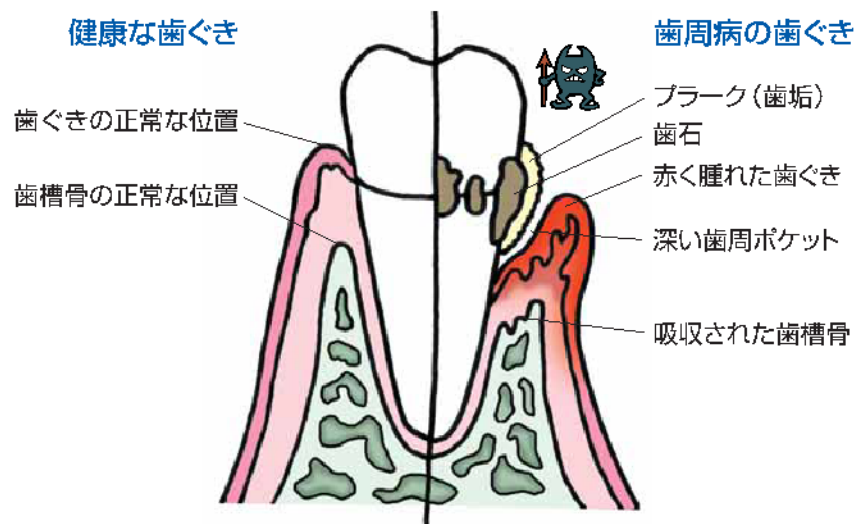
歯周病と 全身との関係



歯周病とは

歯周病とは、歯と歯を支える歯ぐきや骨(歯槽骨)におこる病気で、歯肉炎と歯周炎があります。初期には歯ぐきの腫れや出血が見られますが(歯肉炎)、そのまま放っておくとやがて歯を支えている骨が吸収されて、歯がぐらつくようになり、抜けてしまうこともあります(歯周炎)。自覚症状はほとんどありません。

歯周病は成人のおよそ8割がかかっており、むし歯とならんで歯を失う原因になっています。以前は歯槽膿漏と呼ばれていました。



健康な歯ぐき



進行した歯周病

歯周病セルフチェック

次の項目の当てはまるものに、チェックをしてみてください。

- 二 歯ぐきが赤く腫れている。
- 二 歯磨きの時に出血する。
- 二 ムズガユイ感じがする。
- 二 時々腫れて痛む。
- 二 歯が長く伸びたように見える。
- 二 歯がグラグラ動く感じがする。
- 二 歯と歯の間に食べ物がはさまる。
- 二 歯ぐきを押さえるとウミが出る。
- 二 朝起きたときに口の中がネバついて変な味がする。
- 二 息が臭いと言われる。

アドバイス

歯周病は重症になるまで自覚しにくい病気です。セルフチェックでひとつでも該当するものがあつたら、歯科医院を受診しましょう。

プラーク(歯垢)が歯周病の原因!

プラークとは、歯の表面についた細菌のかたまりのことです(9ページ参照)。歯ぐきの腫れや出血はプラークによって引き起こされます。プラークの中には歯周病菌がいて、それが全身にも悪さをしていることが最近わかってきました。



歯周病の進行のしかた



たまに歯ぐきが腫れて痛みが出て、しばらくすると症状が消えてしまうため、治ったものと思いがちですが、実際は歯周病が一段階悪化しておさまっただけなのです。

しばらくして体調不良などで体の抵抗力が落ちると、再び腫れや痛みが出てきます。このようにして階段を降りるように悪くなり、気づいた時にはかなり進行してしまっているのです。

歯周病と全身との関係

歯周病によって歯周組織が破壊されると、歯周病菌は血管を通して体内に入りやすくなります。歯周病菌が血液を通して全身を巡り様々な影響を及ぼします。



動脈硬化

(7ページ参照)

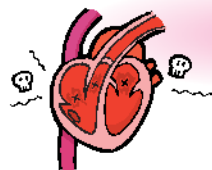
血管内に侵入した歯周病菌が原因となって、動脈硬化をおこしている血管を狭める作用を促進すると考えられています。



狭心症・心筋梗塞

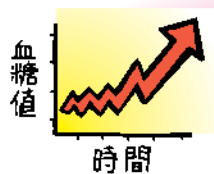
(7ページ参照)

心臓の筋肉に栄養を送る冠動脈に動脈硬化がおこり血管が狭くなったり(狭心症)、詰まる(心筋梗塞)ことでおこる心臓病です。



心内膜炎

心臓の弁に歯周病菌が感染して、心内膜炎がおこることがあります。心臓弁膜症など、基礎的な病気がある人は要注意です。



糖尿病

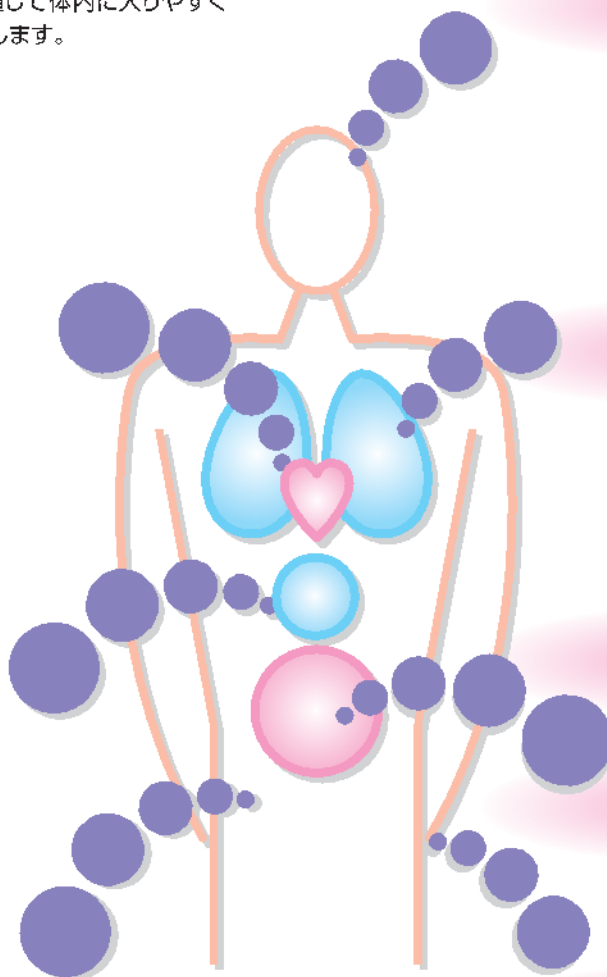
(5～6ページ参照)

糖尿病は血糖値が高い状態が持続しておこります。高血糖が続くと、感染しやすかったり、傷が治りにくかったりするため、歯周病にもかかりやすくなります。



骨粗しょう症

女性に多く、骨密度が低くなる病気です。女性ホルモン(エストロゲン)の減少が関与し、骨折しやすく、高齢者の寝たきりの大きな原因となっています。骨粗しょう症は歯周病の直接原因ではないですが、カルシウム摂取量が少ないと、歯を喪失しやすいことが報告されています。



認知症

物忘れが病的になった状態です。認知症には、何らかの原因で脳が萎縮するアルツハイマー型と、脳卒中の後遺症としておこる脳血管性があります。脳卒中は動脈硬化が脳血管でおこるものなので、歯周病を防いで動脈硬化のリスクを減らすことが、脳血管性の認知症のリスクを減らすこととなります。



肺炎

口の中の細菌が気管に入り込み、肺炎にかかることがあります(誤嚥性肺炎)。夜間の誤嚥は健康な人でも10%、脳梗塞の人では90%というデータもあります。高齢者・寝たきりの人や、脳卒中の後遺症などで飲み込む力が低下しているとおこりやすくなります。



肥満

肥満の人は歯周病にかかりやすいという疫学データが報告されています。



低体重児出産・早産

(8ページ参照)

歯周病がある妊婦さんは、おなかの赤ちゃんが小さく生まれたり(低体重児出産)、早産となるリスクが高まることが知られています。



パージャー病

手や足の指先が青紫色になって強い痛みがおこり、潰瘍や細胞死(壊死)をおこす病気です。喫煙者に多く、患部の血管から歯周病菌が検出されています。



* **ストレス**や**喫煙**などは、歯周病の進行に影響します。