

歯周病と全身の健康

歯周病は歯を支える組織の疾患ですが、全身の健康と関連があることがわかっています。

歯周病原細菌や歯周組織の慢性炎症が原因となって産生されたサイトカインなどが血流にのって血管や臓器に移行し、さまざまな全身疾患の進行、憎悪、発症に関連しています。具体的には、糖尿病、細菌性心内膜炎、低体重児出産、関節リウマチ、糸球体腎炎などです。

特に糖尿病は、高血糖で歯周病原細菌による炎症がより強く引き起こされることで、歯周組織破壊が生じます。一方で、血糖値が安定すると歯周病も改善することがわかってきています。また、糖尿病患者では、肥満は大きな割合



<44>

埼玉県立大学准教授 新井 恵

を占めています。糖尿病の有無に関わらず、肥満と歯周病は双方向に影響を与えています。このように、歯周病の予防・治療は関連する全身疾患の重症化予防になると考えられます。

歯周病に罹患したら、歯科医院で歯周病治療とメンテナンスを受けることが必要です。ある研究によると、図に示すように歯周病治療のみを行

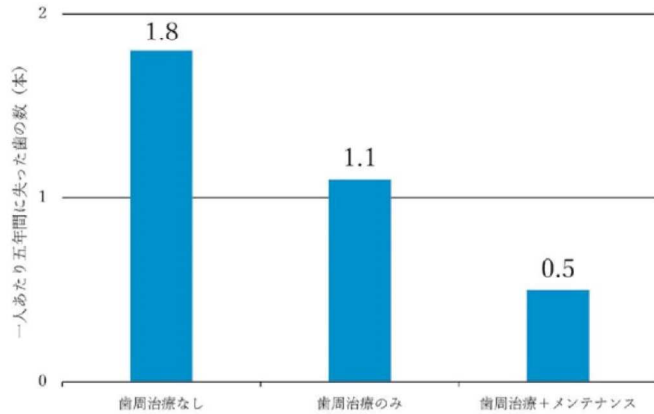


図 メンテナンスと歯の喪失の関係のまとめ

(出典：厚生労働省ホームページ e-ヘルスネット [情報提供] を参考に作成)

定期的なメンテナンスを

った場合は、1人につき5年間あたり1・1本の歯を失いましたが、歯周病治療とメンテナンスを行った場合は1人につき5年間あたり0・5本の歯しか失いませんでした。調査対象が異なるため単純に比較できませんが、メンテナンスは口腔の健康にとって重要であるといえるでしょう。

歯科医院でのメンテナンスの主な内容は、歯周病の検査、むし歯のチェック、歯石除去、歯の研磨、ブラッシング指導で、1年に3、4回受けるとよいとされています。これは、毎日セルフケアを行っていても、歯周ポケット内の歯周病原細菌数が3か月で元の値まで戻ってしまうためです。歯周病原細菌の数を少ない状態でコントロールすることが大切なので、痛みや異常がなくても定期的、かつ、継続的なメンテナンスが必要となります。

全身の健康を維持するためには、日々の生活習慣を改善するとともに、適切な歯周病治療とメンテナンスを受けることが大切です。