

## 歯科がギネス記録!?

## 歯周病と全身との関連について

八重山地区歯科医師会会長  
サザン歯科クリニック院長

砂川 和徳

歯周病は世界で最も蔓延している病気。21世紀最初の年、2001年にギネスブックで認定されています。

平成26(2014)年の厚生労働省の患者調査によると、20歳代で約7割、30～50歳代で約8割、60歳代は約9割が歯周病に罹っているとの調査結果が出ています。

働き盛りである青年期・壮年期・中年期において7・8割、高年期に入る60歳代(前期高年期65～74歳)ではもはや9割が歯周病といるのが現在の日本の状況です。

これは大変由々しき状況です。何故? 昨今、歯周病が全身の病気をひきおこすといわれています。

歯周病になると歯肉は炎症で腫れあがり歯の周りにポケット(病的歯肉溝)を作ります。ポケットの内面積は約50～70平方センチで手の

ひらの面積に相当するといわれています。その表面(内面)は常に炎症状態にあり、ちょっとした刺激(歯みがき等)でもすぐに出血するような壊れかけた組織なのです。ポケット内はたまた出血するだけでなく、壊れた組織からは異物が体内に入っていくことが起こっています。

言いかえれば、お口の中には手の平サイズの大きな体内への取り込み口があり、そこから歯周病菌や歯周病菌の作る毒素が流れ込んでいるのです。それらの菌や毒素は血管を通過して全身に移動します。

動脈硬化を起し狭くなった血管の内面に歯周病菌が見つかっています。歯周病菌等の刺激により血管内には動脈硬化を引き起こす物質が来、堆積し血管内を細くし血流が悪くなり心筋梗塞が起こります。また、血管内の

堆積物の一部がはがれ落ち脳まで流れ着き血管に詰まり脳梗塞が起こります。

歯周病菌が作る毒素を内毒素(エンドトキシン)といいます。内毒素の代表的な病原性として、発熱、骨を溶かす、血糖値をあげる、炎症をおこす、免疫反応を攪乱等、があります。誤嚥性肺炎、骨粗しょう症、関節炎、腎炎、皮膚病等の病気があります。

内毒素が胎盤ホルモンを刺激すると、早産、低体重児出産の原因になります。赤ちゃんのためにも歯科治療や歯みがきのスキルアップ(自己みがき、仕上げみがき共に)は大切なことです。

以前から歯周病は糖尿病の「第6合併症」といわれてきましたが、歯周病が進行すると糖尿病も悪化するというように、歯周病と糖尿病はお互いに影響し合うことが分かっています。

内毒素の刺激で血液中には炎症物質(TNF- $\alpha$ )が増え、インスリン(血糖値を下げるホルモン)の働きを邪魔します。その結果、血糖値が上昇します。

糖尿病になると、からだを守るマクロファージ(白血球の一種)の働きが弱くなり傷の治りが遅く、口が渇きやすくなります。また高血糖によって歯を支えている骨の吸収が進みやすく、歯周病が進行します。

最近では、歯周病を治療することで糖尿病も改善し、糖尿病が改善すると歯周病も良くなると言われるようになりました。

小さな口内炎が出来ただけでも、数日間嫌な日々が続きます。働き盛り、子育て盛りの青年期・壮年期をおくる上で、歯痛ももちろんですが、歯がぐらぐらで嫌だな、一本抜けた、又抜けたと憂鬱な毎日をおくるより、健康で長生きするためにも、かかりつけ歯科医を持ち、定期的を受診し、自分自身でお口の中を管理していくことは大切な事です。



けんぞう君  
沖縄県民の健康を増進するため  
一緒に頑張るキャラクターです

「Let's健康おきなわ21」は、八重山地区健康おきなわ21推進会議の構成機関・団体が『沖縄県の長寿復活に関する記事』を投稿しています。