

# くらし



## 〈歯周病と全身疾患〉

質がインスリンの血糖値のコントロール機能を阻害することから、糖尿病をさらに悪化させる可能性が大きいということが分かってきました。

また、歯周病の細菌が心臓の内面に付着することで炎症が起きる、心内膜炎という病気との関連が深いとされています。また、歯周病が悪化している方の場合、動脈硬化が起こっている部分に歯周病の細菌がくっつくことも分かっており、血管の病気やそれに伴う心筋梗塞(こうそく)などの病気の原因にもなりかねません。

よく噛むことは、唾液(たえき)がよく出ることから歯周病を予防する効果があり、この噛むことが肥満防止になるわけです。また歯周病の悪化が早産の引き金になっているという研究データもありますし、喫煙が歯周病を悪化させることも明らかになってきました。

必ずしもすべての口臭が歯周病に起因しているとは限りませんが、常に炎症が起こっているお口の中は明らかに嫌なおいがあります。

前回のお話でも書きましたように、歯周病はなかなか予防が現れにくい病気で、あるため、知らず知らずのうちに、あなたの健康にとって重大な不利益をもたらすことも考えられるというわけです。

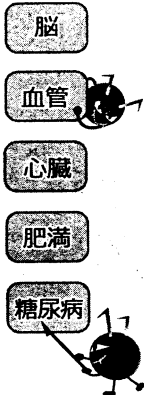
## 受診して正しい対策を

脳(か)むというご自身が脳に刺激を伝えることから、健康な歯と歯茎を持つ方比べて認知症の進行が早い、うまく噛めることはいわゆるボケ防止になるわけです。

前回は、歯周病の症状や治療に関して書かせていただきましたが、この歯周病が、全身のさまざまな疾患と関連が深いということが、最近の研究でより明らかになってきました。糖尿病の方は、炎症を起しやすいようになるため、それ自体が、歯周病を悪化させて進行することは以前より分かっています。また、その後の研究で、炎症によって出ている物

しかしながら、成人以降は、歯科健診の機会がほとんどないのが実情です。企業健診や、国民健康保険加入者であれば市町村から届く歯周疾患検診事業はよい機会と思えます。

そういう機会以外にも、あなたのお口の中は大丈夫なのか？歯周病の進行具合はどのへんなのか？を自身で受診され、正しい対策をとって、これからの人生がおいしものをおいしく食べられることはもとより、健康な体を維持していかれることをお勧めいたします。



イラスト・檜館 晴子 (八戸市)

（新藤俊樹・鈴木聡〓八戸歯科医師会）

※隔週で木曜日に掲載