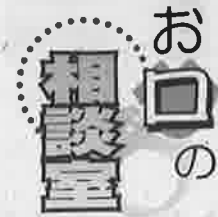


令和元年 12 月 16 日（月曜）長崎新聞

歯周病は悪化の要因に



【問い】先日入院した際に糖尿病を指摘され、禁煙の指示がありました。同時に、口の中の歯周病の治療も必ず受けるよう強く勧められましたが、どういう関係があるのでしょうか。（長崎市、64歳男性）

【答え】歯周病は日本人が歯を失う原因の中で最も多く、40代の半数以上に認められます。その割合は加齢とともに増加していく怖い病気です。近年研究が進み、歯周病の悪化が糖尿病に影響を与えていることが明らかになってきました。

歯周病の原因菌は「歯周ポケット」と呼ばれる歯と歯肉の境に存在し、炎症が起きている歯肉の周囲に膿や出血を認めます。中等度以上の歯周病では、口の中の炎症部の表面積が手のひらと同程度まで拡大しているといわれます。このような状態まで症状なく進行していくことが、歯周病の怖いところです。

炎症のある場所では、化学物質が血管を介して体中に放出されていて、全身にさまざまな悪影響を引き起こすこと

が知られています。糖尿病に関しては、血糖値を調整するインスリンを効きにくくしてしまいます（インスリン抵抗性）。このため歯周病が改善すると、糖尿病の指標「HbA1c（ヘモグロビンエイワンシン）」の値の改善が期待できるといわれています。

一方、たばこの煙に含まれる一酸化炭素は組織への酸素供給を妨げます。ニコチンは一種の神経毒で、血管を縮ませ組織に酸欠・栄養不足状態を引き起こす上、免疫力や傷の回復力も著しく下げています。喫煙の悪影響は多方面で知られていますが、細菌による歯肉の炎症を悪化させる歯周病のリスクファクター（危険因子）でもあります。

口の中のことと全身の病気は関係なさそうですが、歯周病の原因であるプラーク（歯垢）をしっかりと取り去り、良い口腔内環境をつくることで、全身の健康維持につながります。かかりつけの歯科医院の受診を強くお勧めします。

糖尿病と口腔内環境

回答者

おおいら
大平 孝造

長崎市井戸町
大平歯科診療所院長



質問をどうぞ

歯と口の健康に関する質問を受け付けます。県歯科医師会の先生方が回答します（直接本人に回答はしません）。症状などを分かりやすくまとめ、住所、氏名、年齢、職業、電話番号を明記し、〒850-2186 01、長崎市茂里町3の1、長崎新聞社生活文化部「お口の相談室」係に送ってください。県歯科医師会のホームページは「8020ながさき」で検索できますので参考にしてください。