

# 歯周病と身体の病気

代々木歯科 塩澤幸一郎 (歯科医師)



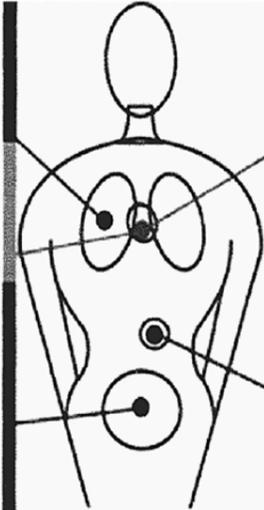
現在、日本人のおよそ8割近くの方は歯周病になっているか歯周病予備軍に相当しています。では、歯周病とはいったい何なのでしょう。

## 全身に影響

歯周病の直接的な原因としては、歯垢(プラーク)と歯石(歯垢が石灰化したもの)です。歯垢がたまることで歯肉に炎症が起きます。それを放置しておくことで、歯の周りの骨にまで炎症が広がり、骨を溶かしてしまいます。歯を支えている骨が溶けることによって、歯がグラグラし、最終的には歯を抜くことになってきます。

## 定期的な歯科検診、規則正しい生活で健康な歯を

### 歯周病に関連する口腔細菌が全身に及ぼす影響



**肺炎**  
口腔内の細菌を誤嚥し、体力を消耗した患者では、肺の中で歯周病菌が増殖して肺炎を起こす。

**心内膜炎**  
歯周病菌は付着能力が強く、心内膜に付着し増殖して内膜炎を引き起こす。

**低体重児出産「早産」**  
歯周病菌を撃退する免疫反応として分泌されるサイトカインが羊膜を破壊し、早産の原因となることがある。

**動脈疾患**  
歯周病をもつ心疾患患者の死亡率は、通常の約2倍といわれている。歯周病菌のつくり出す物質が、心臓の冠状動脈内腔を肥厚させ、狭心症、心筋梗塞を起こす。

**糖尿病**  
歯周病菌への免疫反応として放出されるサイトカインという物質が糖質を細胞内に取り込む役目をするインスリンに作用してその機能を阻害するため、結果として血糖値が上昇し糖尿病になる。

## 心疾患にも

次に「歯周病と心臓血管疾患」の関係があります。歯周病のある人は、心臓血管疾患を発症するリスクが高くなります。

## 症状出たら

歯周病を防ぐには日々のブラッシング(ブラークコントロール)と定期的な歯科検診、規則正しい生活とバランスのとれた食習慣、禁煙が大切です。心と身体にストレスを与えない生活を心がけましょう。

## くすりの話 あれこれ12

昨年花粉が大量に飛散し、多くの方がくしゃみ、鼻水、鼻詰まり、眼のかゆみなどの症状に悩まされました。これらの症状は花粉を「異物」と体が判断し排除しようとするために起こります。日本でも多い花粉症は「スギ花粉症(2~4月頃)」で次に多いのが「ヒノキ花粉症(3~5月頃)」です。この治療にはアレジオン(アレジオン)・オフ(アレジオン)・アレロックなどが用いられます。これらの薬は眠気を起こしにくいといわれています。薬の服用は効果が十分に発揮されるのに1~2週間かかるため、花粉の飛び始める2週間くらい前から開始するのが良いとされています。今年の関東南部の飛散予測は2月10日から20日とされていますので2月初めからの服用をお勧めします。



### 花粉症の予防について

玉置 梨絵 (たくみ外苑薬局・薬剤師)

また、よく使われる内服薬の抗ヒスタミン薬は、前立腺肥大や緑内障を悪化させたり、喘息の方の痰を出しにくくすることがあります。症状が変化した時は、医師や薬剤師にご相談ください。もちろん、マスクやめがねをかける、ウールなどだけだった服を着ない、部屋に入る前に花粉を払い落とすことなども大切です。また、飲酒は血管が拡張して鼻が詰まりやすくなるので控えた方が良いでしょう。薬を適切に服用し、花粉から上手に身を守って快適に春を過ごしましょう。

# 酒

酒は時代を問わず軍隊の友でした。必ず食べながら飲んでいただけ、本酒の飲み方も、明治30年頃に盛んで飲む軍隊の習慣が地方に広がり、変わりました。イリコ一匹で酒5合を飲めることが強い兵隊で

## 酒と軍隊

か否かだけでは、21世紀に合った人間的な集団の維持は難しい。以後に飲酒を始めた人々の場合でも、10%以上は依存症になるとされています。人間は唯一の「不安の動物」です。依存性の成立にはまだ不明な点がありますが、集団の中で自分の位置を計画する原動力である「不安感の強い個性」は、軍隊や、個を認められたいパワーゲッターを要求される都市生活では「依存症」を成すのに十分な要素です。60年前までの侵略戦争が国民の文化を破壊してきたことを知らなければなりません。東アジア諸国に對する15年以上にわたる軍事的な侵略行動は、朝鮮女性を性奴隷として引き連れ、「ふんだんな酒」を浴びた前近代的な軍隊によってなされたのです。戦後、この侵略戦争責任を手にする大切さを失いました。そして、性奴隷の看過はもっとも人間的であるべき若い夫婦の「性愛の関係」の価値を下げ、長時間労働をゆるしたのです。庶民の「酒」は経済侵略のための「覚せい剤」となっているのです。精神科医師・岩田 俊

あるという教育が浸透していきまされた。酒に含まれるエチルアルコールは紛れもない覚醒系の依存性薬物です。薬物としては覚せい剤、マリファナと同等にあり、違うのは法律で認められている強い人です。この人たちがによって個性を大

立させやすい基盤になるのです。だから、過剰なアルコールの容認は、重要な人材の青年期からの発達を大きく歪め、集団としても大きな損失になっているのです。

わが国においては、60年前までの侵略戦争が国民の文化を破壊してきたことを知らなければなりません。東アジア諸国に對する15年以上にわたる軍事的な侵略行動は、朝鮮女性を性奴隷として引き連れ、「ふんだんな酒」を浴びた前近代的な軍隊によってなされたのです。戦後、この侵略戦争責任を手にする大切さを失いました。そして、性奴隷の看過はもっとも人間的であるべき若い夫婦の「性愛の関係」の価値を下げ、長時間労働をゆるしたのです。庶民の「酒」は経済侵略のための「覚せい剤」となっているのです。精神科医師・岩田 俊