

# 歯周病と身体の病気

代々木歯科 塩澤幸一郎 (歯科医師)



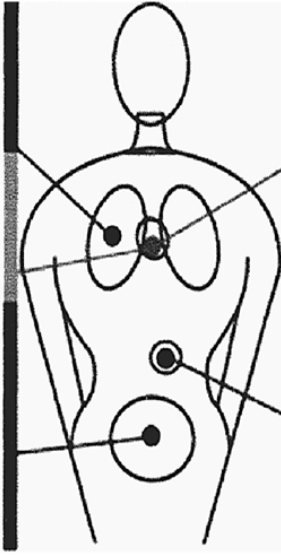
現在、日本人のおよそ8割近くの方は歯周病になっているか歯周病予備軍に相当しています。

## 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。

## 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

花粉症の予防について  
玉置 梨絵 (たくみ外苑薬局・薬剤師)



花粉症の予防について  
玉置 梨絵 (たくみ外苑薬局・薬剤師)

# 酒

## 酒と軍隊

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の本酒の飲み方も、明治30年頃に騒い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...

