

協会けんぽ山形支部では、平成29年9月12日に一般社団法人山形県歯科医師会と「県民の歯・口腔の健康づくりを目指した覚書」を締結しました。

本紙では計4回にわたり、一般社団法人山形県歯科医師会様より寄稿いただいた「歯・口腔」についての健康情報を掲載してまいります。今回は第2回目となります。

今回は、歯周病についてのお話です。

歯周病は、むし歯と並ぶお口の中の二大疾病のひとつで、日本人が歯を失う主要な原因となっています。歯周病を引き起こす歯周病菌は、歯と歯ぐきの境目にたまる歯垢や歯石の中にいて、歯ぐきに炎症を引き起こします。そのまま歯ぐきの炎症を放置しておくと、出血や腫れが続き、歯を支えている骨が溶かされることによって歯周ポケットが深くなって、最終的には歯が抜け落ちてしまいます。日本における歯周病の有病率は、年齢が高くなるにつれて増加し、45～54歳では半数近くが中等度の歯周病と判定される4mm以上の歯周ポケットを持つようになります。さらに重度の歯周病である6mm以上の歯周ポケットも高齢になるにしたがって増える傾向にあります。



近年、歯周病はお口の中だけの問題ではなく、全身の健康に重大な影響を及ぼすことがわかってきました。歯周病との関連性が明らかな全身疾患には、糖尿病、動脈硬化や心臓疾患、誤嚥性肺炎などがあります。歯周病をあわせ持つ糖尿病の方は血糖コントロールが難しくなります。そして、糖尿病は歯周病を発症させるリスクを高め、重症化させることがわかっています。つまり、歯周病と糖尿病は互いに症状を悪化させる要因になっているのです。歯周病菌による炎症は、血の固まりをできやすくさせるので、動脈硬化や心筋梗塞や狭心症などの原因にもなります。

高齢者に多くみられる嚥下機能の低下による誤嚥(食べ物や唾液を飲み込んだとき、誤って食道ではなく、気管の方へ入ってしまうこと)によって、お口の中の歯周病菌などが肺に入り込んで誤嚥性肺炎を発症してしまいます。高齢者の肺炎の約7割は誤嚥性肺炎と言われています。しかし、適切な口腔ケアによってお口の中の細菌の数を減らすことにより、誤嚥性肺炎の発症を抑制することができます。

歯周病の予防・治療によってお口の健康を守るとは、全身の健康を守ることにつながることがわかっていただけたでしょうか。

