



## その病気歯周病のせいかも？！

歯周病は、放っておくとついには歯がぐらぐらになり、失われてしまう病気。これだけでも十分に怖いのですが、じつはそれだけでは済まないのです。糖尿病が悪化したり脳や心臓の血管が詰まりやすいなど全身の病気を進行させてしまう重大なリスク因子であることが解明されています。

### なぜ歯周病はからだに悪い？

歯周病を放置してる方の歯周ポケットは、歯周病菌の培養工場であり、腫れて破れた歯周ポケットの上皮からは血清成分や血液が行き来しますが、貯蔵庫にいる細菌の出す毒素や細菌そのものも血液の流れに乗って絶えず体内へと流れ込み、悪さをします。

ただれた歯周ポケットの上皮の面積は、仮に歯周ポケットの深さを 5 ミリとして 28 歯分をトータルすると、手のひらサイズになります。こんな大きな潰瘍が胃の中にあったら痛くてたまらないでしょう。プラーク 1 mg の中には 1~10 億の細菌がいるといわれています。この状況を想像してみてください。からだにいいわけがないのです。

### 糖尿病が悪化する！

糖尿病だと歯周病になりやすいことは御存じの方も多いかと思います。糖尿病になると体の抵抗力が落ちるため歯周病などの細菌感染が起きやすいのです。最近の研究では、その逆で、歯周病で糖尿病が悪化しやすいことも解明されつつあり注目されています。どうやら、歯周病と糖尿病は双方向に悪さをし合っているようです。

### 心臓や脳の血管が詰まりやすい？！

血管が狭くなって詰まることで起こる心筋梗塞、脳梗塞と歯周病の関連が近年指摘されるようになりました。まだ疫学的には証明されていませんが、歯周病菌の毒素が血管の壁を厚くしたり、脂肪のかたまりや血栓を作るなど、さまざまな関与が指摘されています。

### 歯周病菌は女性ホルモンがお好き

歯周病菌の仲間のなかには女性ホルモンをエサにしている細菌がいて、女性ホルモンの分泌量が増える妊娠中に、増殖しやすいのです。歯周病菌の出す毒素(エンドトキシン)が血中に流れ込み毒素の血中濃度が上昇すると、子宮の筋膜を収縮させるスイッチが入って、早産や低体重児出産のリスクになってしまいます。

いまや日本人の成人の 4 人に 3 人が歯周病。  
真の健康を獲得するためにも定期的にメイン  
テナンスを！