

# 健康 ぷらざ

## 歯周病と全身疾患

— 全身への細菌感染を起こす歯周病 —

医療法人木村歯科(福岡県)院長 / 日本臨床歯周病学会 理事長 木村 英隆

企画：  
日本医師会

No. 582

### 歯周病は全身の病気につながる

歯周病は歯周病菌による感染症です。歯周病が進行すると、深い歯周ポケットが形成されます。その中で炎症を強めるたんぱく質(サイトカイン\*)などがどんどん増えて、歯肉の血管から血液中へと流れ出していきます。血流に乗って臓器や血管壁にたどり着いた歯周病菌やサイトカインが毒性を発揮し、糖尿病や心臓病を悪化させるなど、全身にさまざまな悪影響を及ぼします。また、気道も、歯周病菌が体内に入り込む経路の一つです。口の中にいる歯周病菌が食べ物や唾液に混ざり、誤って気道から肺に流れ込むと、誤嚥性肺炎などを引き起こします。

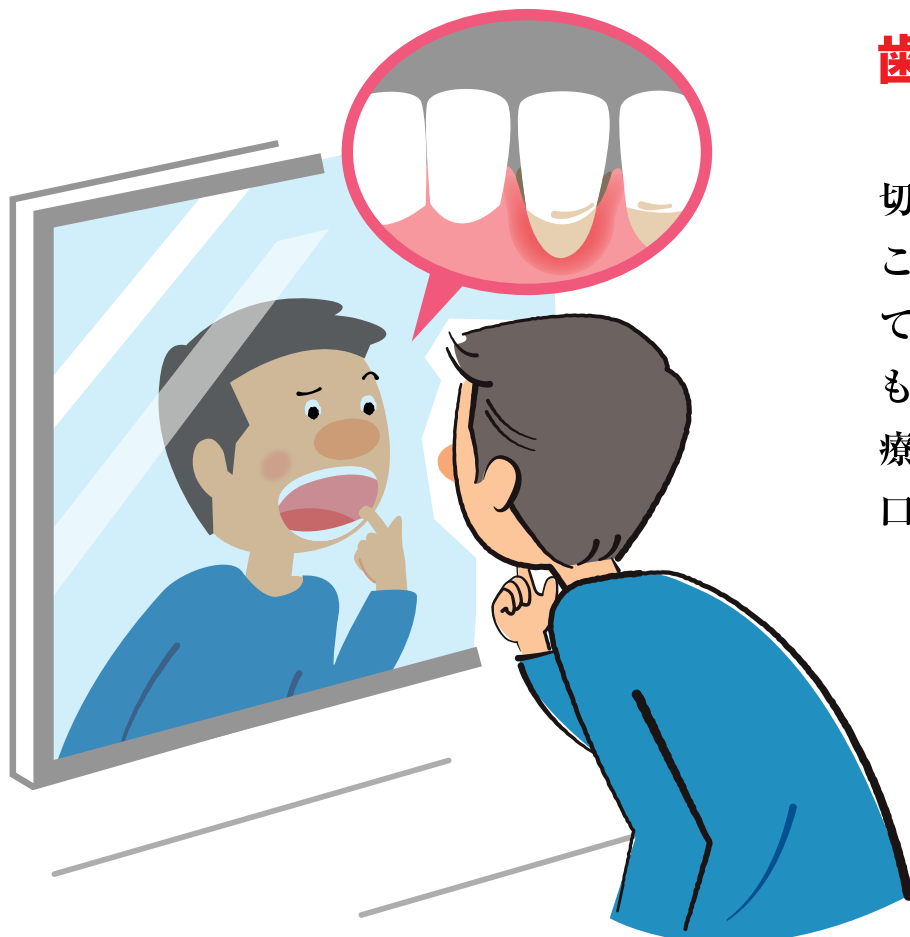
\*: 細胞から分泌されるたんぱく質で、細胞同士の情報伝達を行う物質の総称。侵入した病原体に反応して産生され、炎症症状を引き起こしたり抑制したりする。

### 歯周病かな?と思ったら

歯肉が腫れたり、歯みがきで出血したり、口が臭いと言われたら、歯周病かもしれません。まずは歯科医院を受診しましょう。口の中がどのような状態なのか、歯周病がどのくらい進行しているのかを検査します。主な治療は、歯に付着しているプラーク(歯垢)と歯石の除去です。これを、歯周基本治療といいます。プラークの除去は歯ブラシでします。毎日のブラッシングでプラークを除去する「セルフケア」が大切です。歯石は、磨き残しのプラークに唾液中のカルシウムが取り込まれて石灰化したものです。歯石は歯ブラシでは取れませんので、歯科医院で器具を使って機械的に取り除いてもらう必要があります。

### 歯周病は予防できる

歯周病は生活習慣によって起こります。大切なことは、歯周病は予防できる病気ということです。毎日しっかりとブラッシングをして、生活習慣を見直すことから始めましょう。もし歯周病が発症しても、早期に見つけて治療を始めれば治ります。歯科医院で定期的に口の中を掃除することを心掛けましょう。



日本医師会ホームページでは、健康ぷらざのバックナンバーがご覧いただけます。



健康ぷらざ

バーコード読み取り機能付き  
携帯電話もしくはスマートフォン  
でご利用になれます。