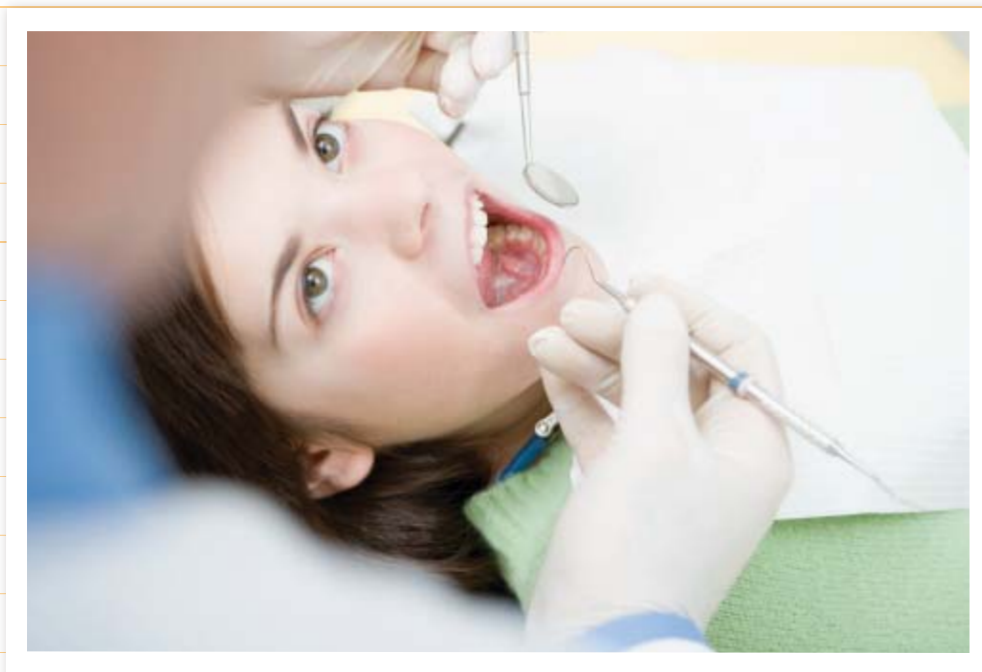


# あなたの健康のために 歯周病と全身の関わりについて

お口の健康は  
全身の健康に影響するのでしょうか？



答えはもちろん“Yes”です。

あなたが歯周病（いわゆる歯槽膿漏）になったとき、  
あなたの全身の健康は以下のような危険にさらされます。

妊婦が進行した歯周病に罹患している場合、早産や低体重児になるリスクがとて高まります。

糖尿病患者が慢性的な歯周病をもつ場合、歯周病がない糖尿病患者に比べ血糖のコントロールが難しくなります。

歯周病患者には心臓発作や心筋梗塞といった心血管系疾患のリスクが高まります。

最近の研究では腎臓病も歯周病と関係することが明らかになっています。

◎上記のような疾患とお口の病気との詳しい関連はまだ完全には解明されていませんが、さまざまな研究によって深い関連が示唆されています。

## 歯周病は

慢性的に進行する病気であり、あなたの歯を支える顎の骨や歯ぐきにじわじわとダメージを与えます。そしてさらには心臓疾患のような他の問題を引き起こすリスクとなるのです。

あなたのお口の中の細菌に対する炎症反応です。糖尿病の合併症も、心血管系疾患も、早産や低体重児も、すべてこの炎症反応の結果といえます。つまり重度の歯周病に長期間罹患していることは、これら他の炎症の引き金になるということです。

多くの人が知らないうちにかかります。けっして恥ずかしいことではありません。アメリカ歯周病学会では35歳以上の75パーセントがなんらかの歯周病に罹患していると報告しています。まずはこの歯周病についてあなた自身が知ることが重要です。

年齢などに関係なく誰でもかかる可能性があります。歯周病が進行してあなたの健康に影響を及ぼす前に、少なくとも年二回は歯科医院を訪れ歯ぐきのチェックと必要があれば治療を受けることが重要です。

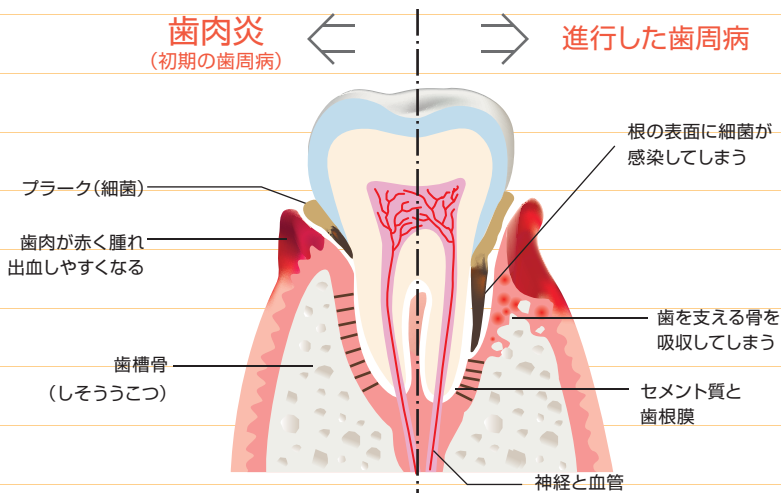
『歯周』とは『歯の周り』という意味です。

### 歯と歯周組織の構造

つまり歯周病とは歯の周囲組織が細菌に感染する慢性的な感染症であり、歯の周囲組織である歯ぐきや骨に影響を及ぼします。

歯周病のごく初期の状態を歯肉炎と呼びます。

歯肉炎の場合、あなたの歯ぐきは赤く腫れ、容易に出血します。しかし通常はほとんど不快な自覚症状がないため、知らないうちにあなたに忍び寄ってくるのです。歯肉炎はしばしばお口の衛生状態が悪くときに発症します。歯並びの不正もまた歯肉炎の発症に影響を及ぼします。歯並びが入り組んでいる部分は、歯みがきが不十分になりやすいため、プラークがたまり、炎症が起こりやすくなります。



### Point 1

歯周病の初期症状として歯肉炎も注意すべきです。歯肉炎の段階で発見できれば、歯科医の適切な処置となによりあなた自身のお口の衛生問題への取り組み（ブラークコントロール）によって、本来の健康な歯ぐきへと治療することができます。

### Point 2

歯周病には『軽度』『中等度』『重度』の3つの段階があります。とても重要なことは、骨のダメージが大きく全身の健康へのリスクも高まる『重度』の歯周病へと進行させないことです。

この歯周病を予防する最善の方法は、毎日のブラッシングとフロッシングによるプラークコントロールの実践、そして定期的に歯科医によるチェックとクリーニングを受けることです。

もしあなたが歯周病だと診断されても決して悲観しないでください。

あなたの歯を、そしてあなたの健康を守るためにも、すぐに歯科医に相談することが重要なファーストステップなのです。私たちにどうぞ相談ください。



だれかに夜中歯軋りをしていることを指摘されたことはありますか？  
 テストを受けたり仕事で何かの問題に取り組んでいるとき、食いしばりによって顎が痛みませんか？  
 食いしばりや歯軋りはあなたの歯周組織に過度の力をかけ、歯ぐき・歯・骨の疾患の進行を早めます。