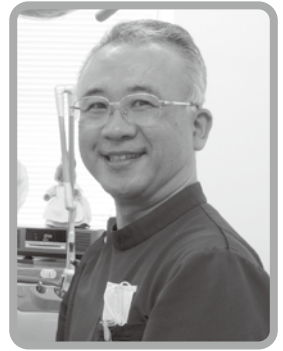


# もっと知ってほしい 歯周病の話



庄原市歯科医師会 理事

高橋 真治

皆さんは歯周病と聞いて何を連想されるでしょうか。「歯ぐきから血が出る」「歯がぐらつく」「歯が抜ける」などを思い浮かべますよね。でも歯周病の本当の怖さは、「歯周病菌が血管内に入り全身を駆け巡り、疾患を引き起こす」ことです。(図1)意外にも慢性関節リウマチ、肥満、腎臓病、認知症、頸部がんと関連しているといわれています。

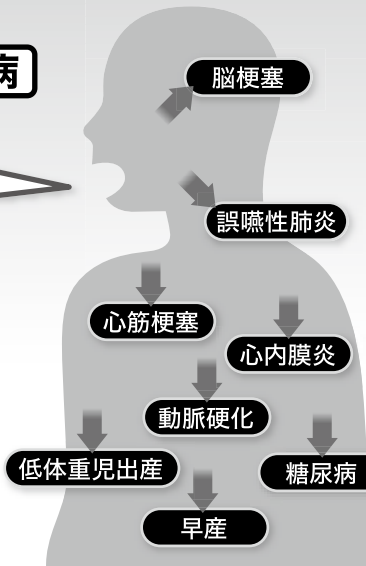


歯周病

お口の中の細菌が誤嚥や血液を経由し全身へと流れ疾患を引き起こす。

図1 歯周病と全身疾患

一般の細菌は血管内では生きられないが歯周病菌はしばらく生き延びる。



## 歯周病菌ピラミッドの完成

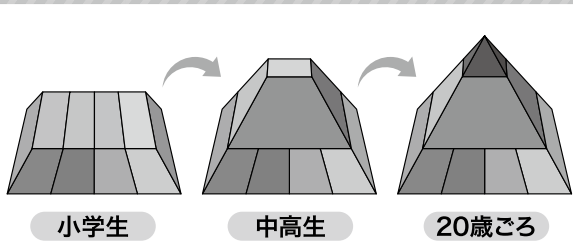


図2 歯周病菌ピラミッド

1段目:善玉菌、弱毒菌、2段目:日和見菌、3段目:悪玉菌  
2段目が出来なければ3段目は現れない。

口腔内には小学生ぐらいまでは善玉菌、弱毒菌しかいません(図2左)。それが中高生になると日和見菌(時として悪玉菌にもなる菌)が現れ始め(図2中)、さらに20歳ごろになると、人によつては悪玉菌が現れ「歯周病菌ピラミッド」が完成します(図2右)。この悪玉菌が重篤な歯周病のみならず、糖尿病、動脈硬化に強く関与しています。

※歯周病菌ピラミッド:口腔内の歯周病に関連する細菌を分類し、影響が低いものを底辺として、その種類の数をピラミッド状に表したものと

歯周病菌ピラミッド

うつるんです

歯周病はギネスに載っている人類史上最大の感染症です。虫歯は減っているのに、歯周病の有病率は上昇しています。では、歯周病菌はどこからやって来るのでしょうか。答えは虫歯菌と同様、人から人へ唾液でうつるんです。恋人・夫婦間、親子間に限らず、友人間での食器の共用など、唾液を交える機会があれば感染の可能性があります。これらの機会を全てなくすのは不可能ですし、一旦感染した悪玉菌を完全に除去する方法もありません。唾液を交えても感染しにくい口腔内環境を作ること、感染しても菌の数を増やさないようにすることが大切です。

検診を受けましょう

そのためには、毎日のブラッシングはもちろん、かかりつけ歯科医院で定期的な検診、プロフェッショナルケアを受けましょう。家族の中に歯周病の方がいれば、家族全員の検診をお勧めします。悪玉歯周病菌は血液を栄養源にしますので、歯ぐきから血の出る人は注意が必要です。

庄原市では本年度から40歳と60歳の方を対象とした無料の歯周病検診を実施しますのでこの機会にぜひ受診してください。