



読者からの質問、疑問に  
お答えするコーナーです。

## 歯周病と 全身疾患について

東京歯科大学

オーラルメディスン・口腔外科学講座教授

東京歯科大学市川総合病院 歯科・口腔外科部長

片倉 朗 歯科医師  
かたくら あきひろ

**Q** 歯周病が病気の一因になると聞きましたが、本当ですか？

**A** まず、歯周病とはどのような病なのか解説いたします。

歯周病とは、歯の表面にフィルム状に張り付く細菌の塊（デンタルプラーク）により、歯を支えている歯肉や歯槽骨に慢性炎症が続く状態で、炎症による歯槽骨の吸収が進むと歯が抜け落ちてしまう疾患です。かつては「歯槽膿漏」と呼ばれていましたが、最近は歯肉炎と歯周炎を含めて「歯周病」と言われています。また、罹患者率は比較的高く、日本人の70%に何らかの歯周病の症状が認められます。

歯周病の原因は、①細菌因子／歯周病の原因の根本で口腔内の様々な細菌がデンタルプラークを形成する、②環境因子／ストレス・喫煙・生活環境など、③生体因子／免疫・糖尿病・遺伝などの全身的問題があります。したがって、その発症と進行に食習慣・運動



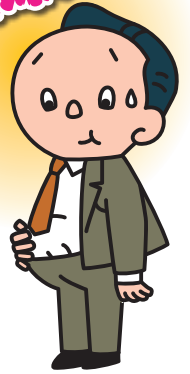
習慣・休養・喫煙・飲酒なども関与することから、歯周病は「生活習慣病の一つ」としてとらえた方が良いでしょう。

### 歯周病は全身の病気の1因になる ——糖尿病——

歯周病の原因となる細菌は口の中に留まらず、歯肉や歯槽骨にある細かい血管から血液中に入り、血管の構造、様々なホルモンの調節や反応、体の免疫のしくみに影響を及ぼします。これらが様々な病気の症状を悪化させる一因となることがわかってきました。

中でも、最もはつきりしているのは『糖尿病』です。糖尿病と歯周病の関連性は世界で最も糖尿病の発症率が高いアメリカの先住民族のピマ族の調査で約20年前に明らかになり、その後様々な調査が進みました。歯周病をもつ2型糖尿病患者の大規模検証で、歯周病の治療を行うと糖尿病の重症度の指標

## 糖尿



であるHbA1c（ヘモグロビン・エー・ワン・シー）が平均0.40〜0.66ポイント減少することがわかっています。HbA1cが1ポイント減少すると、糖尿病の合併症である網膜症や腎症などの血管障害のリスクが35%低下すること、死亡率が10%以上低下することが報告されています。

これらは歯周病によって作り出されるサイトカインという炎症性の物質が、血糖をコントロールするホルモンであるインスリンの反応を阻害したり、動脈硬化を助長したりすることが原因です。このことから、糖尿病の患者さんが歯科医師のもとで歯周病の治療を受けることの重要性がわかります。

### 循環器疾患

もう一つは狭心症や心筋梗塞を代表とする『循環器疾患』で、歯周病が発症の大きなリスク因子となっていることが報告されています。

心筋梗塞の患者の動脈硬化が進んだ血管壁から歯周病の原因菌が検出されること、歯周病の治療により全身の炎症所見や血管壁の構造・機能の改善が認められることがわかっています。科学的な裏付けはまだ十分ではありません。

さらに重症の歯周病は早産や低体重児出産の確率が高くなるという報告があり、妊婦の方の口腔衛生管理も重要です。しかし、これについても裏付ける検証が進められている最中です。

### その他

様々な疫学的調査から糖尿病、循環器疾患、がん、慢性閉塞性肺疾患において歯周病は喫煙、過度の飲酒、不規則な食事、運動不足と同様のリスクファクターになっていると考えられています。

また、高齢者の死亡原因の上位に『肺炎』があります。ご存じのように多くは誤嚥性の肺炎です。

歯周病が進んだ口の中には、大腸と同じ数の活動性の高い様々な細菌や真菌（カビ）が存在し、これが誤嚥性肺炎の原因となります。特に高齢の方は日頃から口腔の清潔を保って歯周病を重症化させないことが、誤嚥性肺炎の予防につながります。

## 心筋梗塞



いつも  
清潔に!!

