



[特集:口腔内細菌が体に与える影響]

人にとって、口は食物を摂取する入口だから、口と歯は健康を支える重要な器官の一つです。

例えば、歯並び・噛み合わせが悪いと消化器に負担がかかります。

アンバランスな噛み方が、体を歪ませ、時には頭痛・不眠・ストレスがたまる等、日常生活に支障が出ます。

また口腔内にはたくさんの微生物が存在し、口腔内を清潔に保たないと当然、微生物の数が増加し、全身へ様々な影響を及ぼすようになります。その代表的な疾患が「**歯周病**」です。

<歯周病の原因>

お口の中にはおよそ300~500種類の細菌が住んでいます。

これらは普段あまり悪いことをしませんが、ブラッシングが充分でなかったり、砂糖を過剰に摂取すると細菌がネバネバした物質を作り出し、歯の表面にくっつきます。これを歯垢(プラーク)と言い、粘着性が強うがいをした程度では落ちません。この歯垢(プラーク)1mgの中には10億個の細菌が住みついていると言われ、むし歯や歯周病をひき起こします。その中でも歯周病をひき起こす細菌が特異的に存在していることが解明されています。

<歯周病がもたらす影響>

歯周病菌が血管内に侵入し、糖尿病の悪化や血管を詰まらせ、心筋梗塞や脳梗塞など命に係わる可能性があります。

その他、肺炎やメタボ・高血圧・低体重児出産など、さまざまな影響がでることがあります。

歯周病と全身とのかわり



<歯周病と大きく関係する病気>

・心筋梗塞

動脈硬化の原因は、不適切な食生活や運動不足などの生活習慣に原因があるとされてきましたが、別な因子として、歯周病菌が歯茎から侵入し、動脈硬化を誘導する物質が出て血管を詰まらせる原因になるとも言われてきています。

・脳梗塞

心筋梗塞同様に、歯周病菌が原因で脳梗塞を引き起こします。歯周病の人は、そうでない人の**2.8倍**も脳梗塞になりやすいと言うデータもあります。血圧やコレステロール、中性脂肪が高い人は動脈硬化を防ぐため、歯周病予防が重要です。

・糖尿病

糖尿病が原因で歯周病が発生するという事は、以前から知られています。実際、糖尿病の人はそうでない人に比べ、歯周病にかかっている人が多いです。また、体内に侵入した歯周病菌が死滅した後、菌の内部にあった毒素が残り、インスリンの働きを阻害するため、歯周病が糖尿病を悪化させることがあります。歯周病の治療は、糖尿病改善に繋がります。

・誤嚥性肺炎

異物が器官に入ると咳をして異物の侵入を防ぎますが、高齢になるとこれらの機能が衰えるため食べ物と一緒に口の中の細菌を飲み込み細菌が気管から肺に入り込み誤嚥性肺炎を引き起こします。この細菌の多くが歯周病菌であるとされています。

・骨粗鬆症

骨粗鬆症の患者さんは歯周病にかかりやすい傾向にあります。原因は全身の骨がもろくなるとともに、顎が痩せ、歯を支える歯槽骨も、もろくなります。また、歯周ポケット内では炎症を引き起こす物質が作られ、歯周炎の進行が加速されてしまいます。

・早産・低体重児出産

妊娠中はホルモンの変化などによって歯茎の炎症が起こりやすくなり、歯周病になる人も少なくありません。歯肉の血管から侵入した歯周病菌が血流によって子宮に達すると、子宮筋の収縮を引き起こして早産や低体重児出産になる可能性があります。最近の報告によると、歯周病にかかった妊婦さんに低体重児出産が起きるリスクは健常者の**4.3倍**程度と言われています。