

歯を失う原因第1位

日本人のおよそ半数が歯周病だといわれる。痛みがないまま進行するのが特徴で、歯を失う原因の第1位でもある。近年、歯周病が心血管疾患や糖尿病など、さまざまな病気と関係していることも判明しており、早期の予防や治療が重要だ。4〜10日は「歯と口の健康週間」。(長田真由美)

日本人の半数該当

歯周病は、歯肉(歯茎)や骨(歯槽骨)など、歯を支える組織が壊されていく病気。歯と歯肉のすき間(ポケット)の溝の深さが1〜3ミリなら健康、4ミリ以上で歯周病とされる。厚生労働省によると2022年歯科疾患実態調査では、47・9%が4ミリ以上だった。

「原因となるのは、プラーク(歯垢)という細菌のかたまり」と愛知学院大歯周病学講座教授で、同大歯学



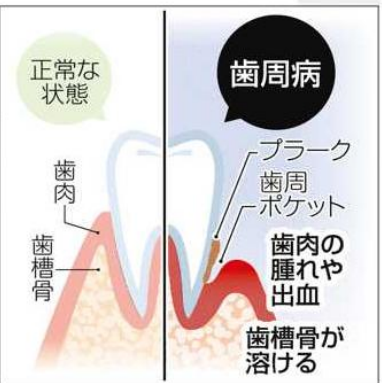
部付属病院院長の三谷章雄さん(52)が言う。症

状の進行段階で、「歯肉炎」と「歯周炎」に分けられる。

歯垢は細菌だらけ

歯と歯茎の間に磨き残しがあると、プラークがたまっていく。プラークの中には細菌だらけで、増えた細菌は歯肉に侵入しようとする。体は、細菌と戦う免疫細胞(白血球など)を集めて運ぼうと毛細血管を作るため、歯肉が赤くなる。この状態が「歯肉炎」で、ほとんど痛みはない。

さらに進行すると、免疫細胞は活動を活性化させるために炎症物質や分解酵素を作る。しかし、この炎症反応は細菌だけでなく、歯



痛みなく重症化

歯周病

糖尿病、心血管疾患にも影響

「というキーワードがない。最終段階まで痛くないことも多く、自覚がないまま進行する」と言う。

歯間ブラシ使って

歯周病はさまざまな病気との関連も指摘されている。「特に強く関係しているのが糖尿病」と三谷さん。歯周病による炎症反応によって分泌された物質が、血糖値を下げるインスリンの働きを抑制。インスリンが十分に効かなくなると血糖値が上昇し、糖尿病が悪化する。歯周病を治療すると、糖尿病も改善するとされる。

また、この炎症物質が早産や低体重児出産に関与しているほか、歯周病の原因となる細菌が、心筋梗塞や脳梗塞のリスクを高めることも分かっていた。

初期なら、歯みがき指導や歯石の除去で治療できる。骨が溶けるなど重度になると、骨の再生を促す薬

剤を使って失われた歯槽骨などの組織を回復させる「歯周組織再生療法」もある。

歯間ブラシ使って