

歯周病が全身に及ぼす影響

診療所歯科医師 脇田直樹



最近「口腔の健康は全身の健康の源」と言われ、お口の健康への関心が高まっています。その中でも生活習慣病の一つである歯周病が全身へ及ぼす影響について、他の生活習慣病や全身疾患に深く関わっていることが明らかになってきました。

日本人の7割がかかっている歯周病。口の中の細菌(歯垢)によって歯肉に炎症が起こり、歯を支える骨までが失われていく病気です。

歯周病菌によって歯肉に炎症が起こり深い歯周ポケット(歯の周囲の溝)が形成されると、その溝から体の中に侵入した細菌そのものや毒素が歯肉の血管を通じて血液によって流れ込みます。これが全身の組織や臓器に影響を与えるのです。以下にいくつか例を挙げます。



★虚血性心疾患(狭心症、心筋梗塞)

心臓に血液を供給する冠状動脈にアテローム(粥状の血管沈着物)が形成されることによって血液の流れが悪くなり生じる病気です。

歯周ポケットから侵入した歯周病菌やその病原因子が、血流に乗って冠状動脈に達するとアテロームの形成が加速化し血管が徐々に狭められ、その結果心臓の病気が発症しやすくなります。



★糖尿病

歯周病は以前から糖尿病の合併症の一つと言われおり、実際糖尿病の患者さんの多くに歯周病が見られます。さらに最近、歯周病になると糖尿病の症状が悪化するという逆の関係も明らかになってきました。つまり、歯周病と糖尿病は相互に悪影響を及ぼしあっているのです。

歯周病菌が血管内に入り込むとその内毒素が放出され、血糖値を下げるインスリンの働きが阻害されるために、血糖値が下がりにくくなってしまいます。実際に歯周病を合併した糖尿病の患者さんの多くが、歯周病治療によって糖尿病が改善するという効果を上げています。



★誤嚥性肺炎

誤嚥性肺炎とは、食べ物や異物を誤って気管や肺に飲み込んでしまうことで発症する肺炎です。通常気管や肺は、咳をすることで異物が入らないように守ることができます。しかし、高齢の方はこの機能が衰えるため食べ物などと一緒に口の中細菌を飲み込み、むせたりするとその細菌が気管から肺の中に入ることがあります。その結果、免疫力の衰えた高齢者では誤嚥性肺炎を発症してしまいます。誤嚥性肺炎を起こした患者さんの肺から、歯周病菌が高い頻度で検出されています。



★脳梗塞

脳の血管が詰まり脳細胞が壊死する病気ですが、前述のアテロームによりそのリスクが高くなります。

★早産・低体重児出産

歯肉の血管から侵入した歯周病菌が子宮に達すると、子宮筋の収縮を引き起こすために早産になるリスクが健常者より高くなります。

★メタボリックシンドローム

歯周病が、メタボリックシンドロームの診断基準の一つである血糖値に影響を与えることは前述の通りですが、他の診断基準である肥満や血圧に直接影響を与えるという報告はほとんどありません。しかし、歯周病が重度であるとメタボリックシンドロームの罹患率が上がるという結果は示されています。今後より研究が進んでいくと考えられます。



以上、全身にまで影響を及ぼす可能性のある歯周病について述べてきました。その歯周病を予防あるいは改善するには、歯周病菌の住みかである歯垢を落とすことがまず第一です。歯磨きの励行はもちろんですが、毎日磨いていても歯周病になる人が多いのが現実です。磨き残しの無いように磨き方を工夫する他、歯科で定期的に健診を受けることも大切です。