

## 歯周病と全身とのかかわり

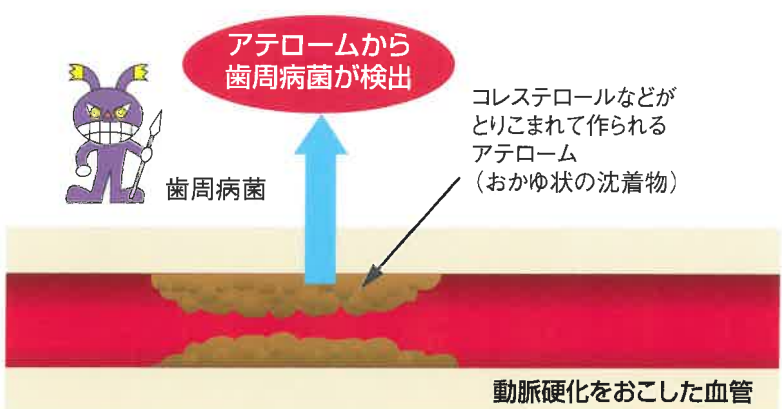
近年の研究により、歯周病が全身の健康に少なからず影響を及ぼすことが分かってきました。



○歯周病と全身とのかかわり  
歯周病と関係が深いと言われている5つの症状について、イラスト及び各項目の解説です。

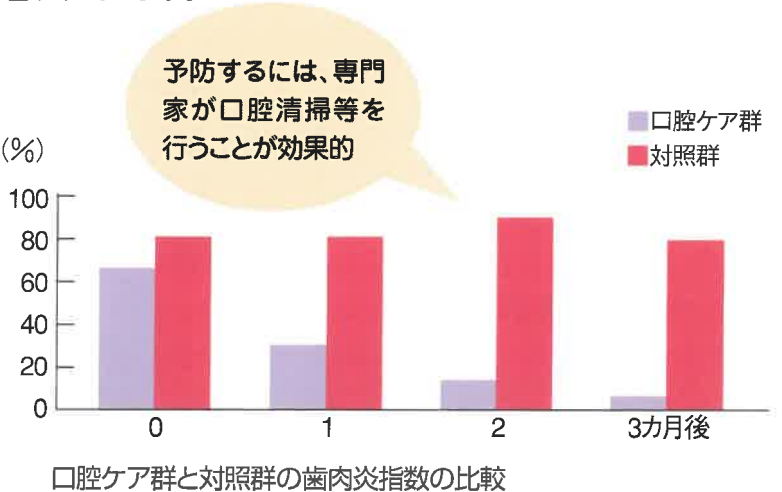
## ● 脳卒中・心疾患

歯周病が動脈硬化をおこしている血管に付着すると、血管を狭める作用を促進すると言われています。

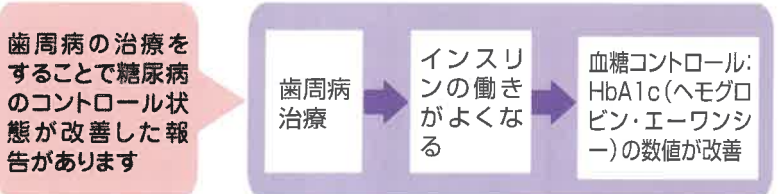
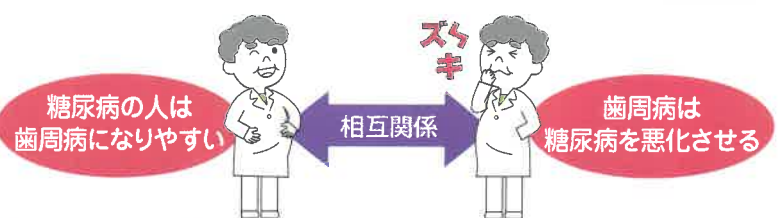


## ● 肺疾患

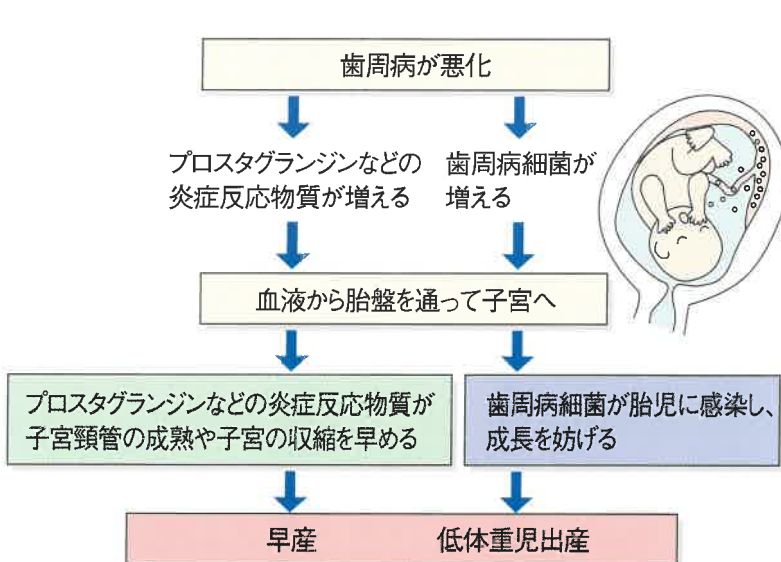
肺炎で亡くなる人の9割は高齢者で、その8割は、口の中で細菌が誤って食べ物や唾液と一緒に肺に入っておこる、誤嚥性肺炎が原因と言われています。



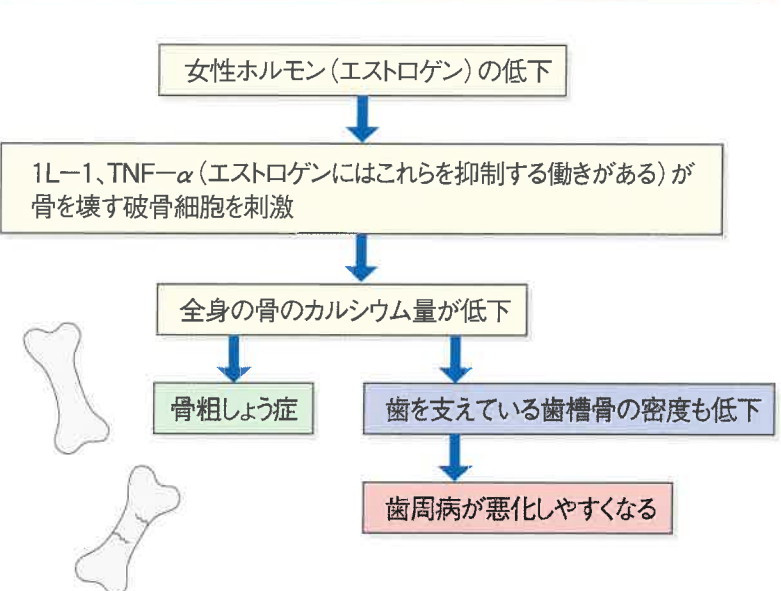
## ● 糖尿病



## ● 妊娠への影響



## ● 骨粗しょう症



○歯周病とは?  
リーフレットを見せながら歯周病についての説明をしてください。

## 1 脳卒中・心疾患

歯周病により動脈硬化が促進されると、脳卒中や心疾患などを引き起こすと考えられています。

## 2 肺疾患

唾液中の歯周病菌などが誤って気管に入り、肺が感染しておこる誤嚥性肺炎は、高齢者など飲み込む力の低下した人に多く認められます。口腔ケアによりリスクは減少すると言われています。

## 3 糖尿病

血糖値が高い状態が続くと、様々な合併症を引き起こされると言われており、歯周病は糖尿病の合併症の1つです。最近の研究では、糖尿病と歯周病はお互いに悪影響を及ぼし合っていることが分かってきて、両者の治療が必要であると考えられています。

## 4 妊娠への影響

歯周病が進むと早産・低体重児出産のリスクが高くなるという報告があり、歯周病による炎症性物質がへその緒を通して影響するためと考えられています。

## 5 骨粗しょう症

更年期以降の女性に多く、骨がもろくなり骨折のリスクが高くなる病気です。全身の骨密度が少なくなると、歯を支えている骨も減り、さらに女性ホルモンの減少により炎症性サイトカインが増加し歯周病が進行すると考えられています。

## 歯周病とは?

かつて歯槽膿漏と呼ばれ、歯に付着した細菌の塊(歯垢)によって引き起こされるある種の感染症です。歯周病は痛みなどの自覚症状がほとんどなく、気が付くのが遅れ歯科受診した時には既に深刻な状態にまで進行していることも多い恐ろしい病気です。



## あなたも 歯周病チェック

☑が1項目でもあった方は要注意!

- ☐ 朝起きると口の中がネバネバする。
- ☐ 歯の表面に白い歯垢や歯石がたくさんついている。
- ☐ 最近口が臭い(臭う)と言われたり感じたりしている。
- ☐ 歯と歯の間に食べ物がよくはさまる。
- ☐ 歯ぐきが赤く腫れている。
- ☐ 歯が長くなったように見える。
- ☐ 歯がぐらぐらする。
- ☐ 硬いものがよくかめない。
- ☐ 歯ぐきを押すと血や膿がでる。
- ☐ 歯を磨いたら血が出る。
- ☐ 歯がしみる。

高知市医師会 高知市歯科医師会  
高知市薬剤師会  
高知市保健所健康増進課

## 健康づくり 応援しています!

あなたのその病気、  
もしかして歯周病と関係あるかも

特定健診を受けましょう!

薬だけでなく  
血圧・たばこなど  
健康に関することも  
ご相談ください!

かかりつけ医

かかりつけ薬剤師

定期的な歯科健診を受けましょう!

かかりつけ歯科医

生活習慣病の予防には  
特定健診と定期的な歯科健診を  
受けることが大切です!

### ☐ 朝起きると口がネバネバする

口呼吸による乾燥や歯周病による歯周ポケットからの粘稠な侵出液が原因の可能性があります。

### ☐ 歯の表面に白い歯垢や歯石がたくさんついている

プラーク(歯垢)が歯周病の原因となり、またプラークが石灰化した歯石は細菌のすみかとなります。歯科医院にてブラッシング指導や専門的に除去していく必要があります。

### ☐ 最近口が臭い(臭う)と言われたり感じたりする

歯周病が進行すると、歯周ポケットの中の歯周病原性細菌が原因で口臭がすることがあります。

### ☐ 歯と歯の間に食べ物がよくはさまる

歯周病により歯ぐきが下がることによって歯と歯の隙間が広くなり、また歯の動揺により隣の歯との接触が緩くなった時にはさまりやすくなります。

### ☐ 歯ぐきが赤く腫れている

歯ぐきが腫れるのは炎症があるため、歯周病菌等の原因に対して免疫機能が働き、局所に血管が集まってくるため赤く腫れることがあります。

### ☐ 歯が長くなったように見える

歯周病が原因で歯ぐきが退縮し痩せてくるため、歯の見える範囲が多くなり結果的に長く見えます。

### ☐ 歯がぐらぐらする

歯周病が進行し、歯を支えている骨(歯槽骨)が吸収されることにより、支えている部分が少なくなり歯が動くことがあります。

### ☐ 硬いものがよくかめない

自分の歯で硬いものが噛めない場合は、歯周病により骨吸収が進み、歯が動いてしまい硬いものが噛みにくくなる場合があります。

### ☐ 歯ぐきを押すと血や膿がでる

歯ぐきが歯周病により急性炎症を起こすことにより出血や排膿を起こすことがあります。

### ☐ 歯を磨いたら血が出る

歯肉に炎症が起きると、免疫細胞が集まり血管透過性の亢進(血管が破れやすくなり)が起こり、出血しやすい状況になることがあります。

### ☐ 歯がしみる

知覚過敏やむし歯で歯がしみるがありますが、歯周病により歯ぐきが下がり、根の過敏な部分が露出することにより歯がしみることがあります。



### ○あなたも歯周病チェック

歯周病チェックを行ってもらい、1つでも当てはまる方は歯周病の疑いがあることを説明してください。

生活習慣病予防のために特定健診と  
定期的な歯科健診を勧めましょう!!

## あなたも 歯周病チェック

☑が1項目でもあった方は要注意!

- ☐ 朝起きると口の中がネバネバする。
- ☐ 歯の表面に白い歯垢や歯石がたくさんついている。
- ☐ 最近口が臭い(臭う)と言われたり感じたりしている。
- ☐ 歯と歯の間に食べ物がよくはさまる。
- ☐ 歯ぐきが赤く腫れている。
- ☐ 歯が長くなったように見える。
- ☐ 歯がぐらぐらする。
- ☐ 硬いものがよくかめない。
- ☐ 歯ぐきを押すと血や膿がでる。
- ☐ 歯を磨いたら血が出る。
- ☐ 歯がしみる。

高知市医師会 高知市  
高知市薬剤師会  
高知市保健所健康増進課

あなたのその病気もしかして……!

# 本当は怖い 歯周病!!!



生活習慣病(疑い)、歯周病(疑い)のある方及び妊婦・喫煙者等へ、問診を兼ねてご活用ください。

## 「本当は怖い歯周病!!!」 リーフレットの活用について

