

歯周病が全身の病気につながっている?!

6月4日～10日は「歯と口の健康週間」です。

歯周病は、「口だけの病気」と思っていませんか？実は、様々な研究の結果、歯周病は全身の病気と大きな関わりを持っていることがわかっています。

動脈硬化

血管に入った歯周病の原因菌が、動脈硬化のリスクを高めます。

肺炎

歯周病の原因菌を多く含む唾液や食べ物が肺に入ると、肺炎の原因となります。

心内膜炎・心筋梗塞

歯周病の原因菌が血管を通して心臓に入り、悪影響を及ぼします。

骨粗しょう症

歯周病の原因菌が、骨粗しょう症に関与していることが報告されています。

がん

歯周病菌の原因菌が、がんを発症させるリスクを高めるといわれています。

肥満

歯周病の原因菌が血管を通して肝臓に入ると肥満を促進するといわれています。



脳梗塞・認知症

動脈硬化は脳梗塞の原因となり、脳の血管の詰まりは認知症に繋がります。

糖尿病

歯周病は糖尿病を悪化させ、糖尿病は歯周病のリスクを高めます。

早産・低体重児

歯周病の原因菌が、早産や低出生体重児に関与しているといわれています。

バージャー病

動脈硬化によって手や足の毛細血管が詰まり、しびれや痛みの原因となります。

日本の約8割の成人がなっている歯周病と、1000万人いるといわれている糖尿病(予備軍含む)。この2つの病気には、相関関係があります。歯周病の原因菌が血管から体内に入ると、インスリンの血糖値を下げる働きを邪魔をします。また、糖尿病になると血管障害によって歯周病菌への防御が弱くなり、歯周病を発症・進行させ、「負のスパイラル」を起こしてしまうのです。逆に、歯周病の治療が糖尿病の改善にも効果的であることもわかってきました。糖尿病はもちろん、様々な病気から体を守るためにも、お口のケアがなにより重要です。

歯周病予防をしよう

- ① 歯磨きの工夫…磨いた後に歯とはぐきの境目、歯と歯の間に磨き残しが残らないかチェックしよう
- ② 正しい食習慣…何でも残さずたべ、規則正しい食生活を心がけ、プラーク(歯垢)がしやすい糖分を多く含む食べ物は、摂り方に注意しましょう。
- ③ タバコ…歯と歯茎にもよくありません。
- ④ 定期健診…1年に2.3回は歯科医院で定期検診を受けましょう。

当薬局で販売している口腔ケア商品

エフコート

フッ素を配合したむし歯予防薬。4歳から大人まで幅広くお使いいただけます。



リフレケア

歯の表面や口腔内全体の汚れを除去し、口臭や歯周炎・歯肉炎の予防に効果がある口腔ケア用ジェル



お困りのことや不安なことなど何でも当薬局にご相談ください。

