

8月に開催した健康づくり講演会で(医)徳治会 長野歯科医院(野々島)の長野靖弘院長から『糖尿病と歯周病の関連性』というテーマで講演がありました。今回は、講演内容の一部を抜粋し掲載しています。

受講者からは「糖尿病と歯周病の関係がこんなに深いものだと思わなかった」、「糖尿病予備軍なので、今後も歯科健診を受けようと思う」、「さっそく、歯科受診をしたい」といった感想がありました。

お口の健康シリーズ① 関連性をご存じですか 糖尿病と歯周病

●問い合わせ先
健康づくり推進課
健康推進班
☎248-1173



糖尿病と歯周病、よく耳にする疾患です。この二つに関連性があることをご存じでしょうか。

糖尿病とは

インスリンが十分に働かないために、血液中を流れるブドウ糖(血糖)が増えてしまうのが糖尿病です。インスリンは膵臓から出るホルモンで、血糖を一定の範囲におさめる働きを担っています。

糖尿病は、それ自体は痛くもかゆくもありません。怖いのは合併症です。血糖値が高い状態が続くと、体のいたるところで細い血管が詰まったり破れたりしてしまいうので、深刻な合併症が起こります。糖尿病に高血圧もある人は人工透析や失明になるまでの期間が早まり、脳梗塞や心筋梗塞になる確率が健康な人の6～7倍になると言われています。血糖値の1～2カ月の平均であるHbA1cの値が6.5%(NGSP値)を超えているなら治療が必要です。放置していると、合併症を発症するリスクが確実に高まります。

その合併症の一つが歯周病です。

歯周病とは

歯を支えている歯周組織が歯周病菌によって破壊され歯がぐらつき、最後には抜けてしまいうのが歯周病です。

歯周病の進行と症状

・慢性炎症で歯肉が腫れ、触れると

歯周病が糖尿病に与える影響

なぜ、歯周病が糖尿病に影響するのでしょうか。出血や膿を出しているような歯周ポケットからは、炎症に関連した化学物質が血管を経由して体中に放出されます。血流にのった化学物質は、体の中で血糖値を下げるインスリンを効きにくくします。そのため、糖尿病が発症・進行しやすくなります。

・糖尿病の人に歯周病の治療をすると、歯周病が治っていくとともに、血糖のコントロールも良くなります。

・糖尿病の人が歯周病の治療を放置すると、血糖のコントロールが悪くなります。

糖尿病が歯周病に与える影響

糖尿病になると細菌に対する抵抗力や組織の修復力の低下、口腔内の乾燥などが生じ、それらが歯周病を悪化させます。

・糖尿病の人は歯周病にかかりやすくなります。

・糖尿病の人は糖尿病でない人と比べて歯周病が進行しやすいです。

・血糖のコントロールが悪いと、歯

歯周疾患検診はお済みですか

市では歯周疾患検診を実施しています。対象者には令和元年5月中旬に受診券を発送しています。この機会にぜひ受診しましょう。

▼対象

平成31年4月1日時点で40・50・60・65・70歳の人

▼ところ 市内委託歯科医院(送付した受診券や市ホームページに掲載しています)



市ホームページ 委託歯科医院一覧▶

▼内容 歯の健康チェック、歯肉検査、結果説明

▼料金 無料

▼持っていくもの 受診券(はがき)、健康保険証
※受診券を紛失した人はお問い合わせください。

▼受診期限 3月31日(火)(休診日は除く)

▼問い合わせ先 健康づくり推進課 健康推進班
☎248-1173

後期高齢者 歯科口腔健診

▼対象 75歳以上の人(後期高齢者医療加入者)

※特別養護老人ホームなどの施設に入所している人、長期間(6ヵ月以上)病院に入院している人は対象外。

▼受診方法 受診希望の人に受診券を送付しますのでご連絡ください。受診券を受け取ったあと、受診券記載の歯科医院に予約して受診してください。

▼料金 400円

▼受診期限 3月31日(火)(休診日は除く)

▼問い合わせ先

保険年金課 ☎248-1275

日頃のケアと定期健診を

歯周病も糖尿病も自覚症状がなく進行し、気付いたときには重症化しています。どちらも生活を気に掛けるだけでなく、必ず定期健診を受けましょう。自分の今の状況を確認し、発症・重症化予防に努めることが大切です。

今回はオーラルフレイイル(口腔機能低下症)と訪問歯科診療です。



出血します。

・進行すると歯根部の歯肉が痩せ、歯が長くなったように見えます。

・歯と歯肉の隙間の歯周ポケットも深くなり、その部分から出血や膿が出て口臭の原因の一つとなります。

・さらに進行すると歯がぐらつき、最終的には歯が抜けます。

歯周疾患の予防と管理には、毎日の歯磨きなどのセルフケアと、年に2～4回の歯科医院で行なうプロフェシヨナルケアが重要です。セルフケアとプロフェシヨナルケアが両輪となり、口の健康を支えることができます。

歯周病と糖尿病

近年、歯周病が単に口の中だけでなく、全身の健康を脅かす病気であることが分かってきました。気道や血管を介して肺や心臓に入り込んだ歯周病菌が、肺炎や心疾患の原因となったり、糖尿病や早産を誘発したりすることも分かってきました。