

お口の健康



歯周病とは？

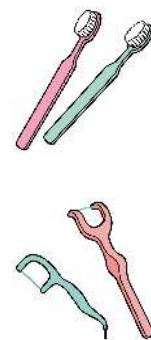


歯周病は、口の中の歯周病菌などが原因で、歯を支えている組織が徐々に破壊されていく疾患です。進行すると歯肉が腫れて出血し、歯を支える骨が溶け始め、最終的には歯が抜け落ちてしまいます。歯周病を予防するには、正しいブラッシングと、歯垢の除去を行うことが大切です。

ブラッシング

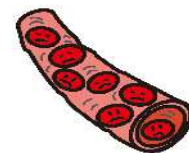
鏡で見える歯の表面ばかりみがいていませんか？歯ブラシが届きにくい、歯と歯の間、歯と歯茎の境目などもしっかり磨きましょう。

寝ている間は唾液の分泌量が減り、歯周病菌が繁殖しやすくなるため、寝る前の歯磨きは特に念入りにしましょう。



歯周病と全身の病気の深い関係

糖 尿 病 動脈硬化



歯周病菌が歯茎に侵入すると、これに対抗するため、炎症物質が分泌されます。この炎症物質が全身を巡り、血糖コントロールを行うインスリンの働きを妨げ、糖尿病が発症・進行します。



歯周病菌は炎症のある歯茎の毛細血管から血液中に入り込みます。血液の流れに乗って全身を巡り、血管壁にとりつくことで血管を狭めます。その結果、動脈硬化が進行し、認知症、脳梗塞や狭心症、心筋梗塞などを引き起こす原因のひとつとなります。

誤嚥性肺炎



筋力の衰えなどにより飲み込む力の低下した高齢者に多くみられます。誤嚥によって食べ物と一緒に歯周病菌が気管支や肺に入り込むことで発症します。

骨粗鬆症



女性ホルモンが減少した更年期以降の女性に多く、骨がもろくなり骨折しやすくなります。骨粗鬆症は歯を支える骨にも影響するので、歯周病で歯が抜け落ちやすくなります。

歯周病を予防し、全身の病気を食い止めるためにも、かかりつけの歯科医院を作り定期的に歯科検診を受けましょう！

ご不明な点や健康に関するご相談がある際には、お気軽に本会までお問い合わせください。



JA熊本厚生連健康管理センター

施設所長 栗津 雄一郎

TEL 096 (328) 1256 FAX 096 (328) 1229