

横山内科 クリニック 院内新聞

第32号
平成27年
3月

平成二十七年三月十六日

第四十回患者講習会が行われました。今回は、森歯科医院 森 一成先生をお招きし、「歯周病」について、大変わかりやすくお話を頂きました。

一般的な歯周病とは？

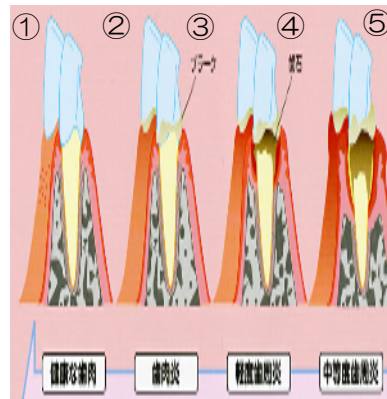
歯周病は、細菌の感染によって引き起こされる炎症性疾患です。口腔内の清掃が行き届かないと、

多くの細菌が停滞し歯肉の辺縁が「炎症」を帯びて赤くなったり、腫れたりします。



歯周病の段階

- ① 歯肉が健康な時、歯は歯周組織によりしっかりと保持されています。
- ② 歯の周りにプラークがつくことで歯肉に炎症がおこり、歯茎が腫れるようになります。
- ③ 歯周ポケットが深くなり、歯を支えている骨(歯槽骨)が溶けて喪失します。歯を磨くと出血も見られます。
- ④ 歯槽骨の喪失が増え、歯が動くようになります。膿が出ることもあります。口臭も気になります。
- ⑤ 歯槽骨が三分の二以上喪失し歯がグラグラになり、やがては抜けてしまいます。口臭は、よきつきくなります。



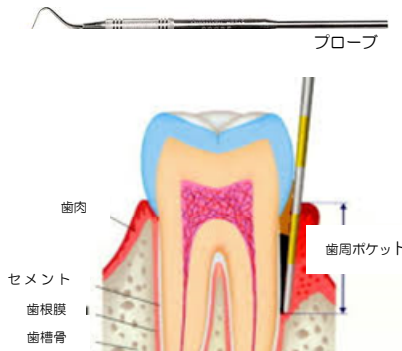
健康なお口を作るには

日常の歯磨き、自己観察、食生活管理、禁煙などのセルフケアと歯科での定期的なチェック、歯のクリーニング、セルフケアの指導などのプロのケアの両方が重要です。

歯周病検査

プローブという器具を歯周ポケットに挿入して、見えない部分の歯の根の形や歯石の有無、歯周ポケット

の深さ、歯茎からの出血の有無を確認します。歯周ポケット2mm以下で健康、2〜6mmで歯周病の可能性あり、6mm以上で歯周病が進行と判断されます。



歯周病治療

歯科で行う治療として生活習慣改善のアドバイス、ブラッシング方法の指導、デンタルフロスや歯間ブラシがあります。また専門的な治療として、超音波による歯石除去、プラークや着

色の除去などがあります。

電動ハブラシについて

現在、様々な電動ハブラシが出ていますが、製品によって特性が違い、それぞれの特性に合った使い方をしないと、せっかくの電動ハブラシも意味のないものになってしまいます。電動ハブラシを使っている方は必ず、歯科に持参して使い方の指導を受けて下さい。

歯科医師会の目標

〜8020運動〜

日本歯科医師会が推進している 八十歳になっても二十本以上自分の歯を保とう」という運動です。二十本以上の歯があれば、食生活にほぼ満足することができると言われています。歯磨きなど毎日の手入れと併わせて歯科医院に定期的に

通う習慣をつけてみてはいかがでしょうか。



歯周病と糖尿病の関係

糖尿病が原因で歯周病

血糖が高いことにより、免疫機能の低下、創傷治癒の障害、血液循環の不良、唾液の減少が起こり、虫歯や歯周病を引き起こすことがあります。

歯周病が原因で糖尿病が悪化する

歯周病がひどくなり炎症が続くと、TNF-αという物質が増え、血液中に流れ込み、炎症パラメータであるCRP値が上昇します。CRP値の上昇は肝臓の働きを弱め、糖代謝にも悪影響を及ぼします。

血液中にTNF-αが増えすぎるとインスリンの働きが妨げられ、血糖を上げる原因になると考えられています。

歯周病に対する当院での取り組み

当院を含めた内科医と十勝歯科医師会が共同し糖尿病と歯周病の関係を調べる研究を行っています。内科医が患者様の同意を得たうえで歯科に紹介し、歯科医がプラークの有無、動揺度、出血の有無、歯周ポケットの深度測定などの検査を行い、その結果を内科医に知らせ情報を共有しています。追跡調査を行い、それぞれの疾患の治療が互いに与える効果などについて明らかにすることを目指しています。

院長より

もはや糖尿病を持っていても長生きをする時代になってきました。他方で糖尿病患者の九十九％は歯周病に罹患している事実は古くから知られています。従って長寿化に伴い、歯周病管理が重要になり、今や「糖尿病の合併症」とまで位置づけられて来ている。歯を大切にすることは、食を大切にすることであり、楽しみをいつまでも大切にすることに結びつきます。内科医に相談しながら、ぜひ歯科医を定期的に受診してください。

編集後記



時折暖かい陽気が感じられるようになり、春らしくなってきました。冬場にできなかった運動、もつそろそろ再開してみませんか？

第四十二回患者講習会は、平成二十七年八月一日開催予定です。皆様のご参加お待ちしております。