

# 歯科受診のススメ (歯周病予防のために)

歯周病と糖尿病は、実は相互に影響し合っています。

実際に、糖尿病の方の約80%には歯周病があると言われています。

歯周病は、歯を支えている骨(歯槽骨)が溶けてしまう病気です。歯周病は歯の表面につく歯垢(細菌の塊り)によっておこる文字通り、「歯の周りの病気」です。歯肉の炎症による出血、腫れを特徴とする歯肉炎と、歯を支えている歯槽骨が破壊される歯周炎とに分けられます。

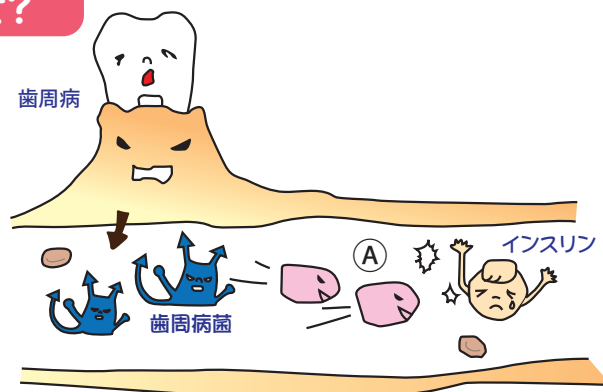
歯周病には痛みなどの自覚症状がほとんどありません。

そのため、気が付いた時にはすでに手遅れになってしまっていることが多いというのが、歯周病の最も恐ろしいところです!

## 1 糖尿病が歯周病に影響するのはなぜ?

糖尿病の人は身を守る為の免疫機能が低下するので、だ液が出にくくなり口が乾燥し細菌が繁殖しやすい環境になってしまうのです。

また高血糖により歯周組織の細胞が弱り炎症を起こし、血糖のコントロールがうまくいかないと歯周病は急速に悪化していくのです。



## 2 逆に歯周病が糖尿病に及ぼす影響は?

歯周病を引き起こす細菌が歯周組織から血管に入り込むと、血糖値を下げるホルモン『インスリン』の働きを妨げる作用を持つ物質(右図中A)が血液中に放出されてしまいます。よって、糖尿病は悪化するのです。

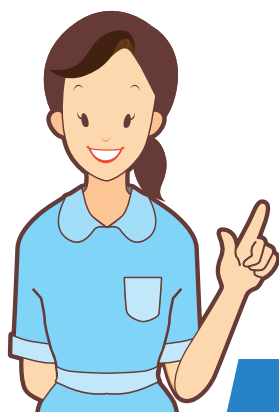
## 3 生活習慣を見直しましょう

糖尿病も歯周病も生活習慣病です。

食生活やライフスタイルを見直すことで改善していきましょう。

糖尿病の治療のために生活習慣を見直すことは、歯の健康のためにもなります。

また、歯周病の治療により血糖値が落ち着いたという報告もあります。



歯周病を早く見つけて治療をすれば  
糖尿病予防や早期発見につながります。  
糖尿病と診断された方やその恐れのある方も  
ぜひ早めに歯科を受診しましょう!