

事務局／旭川市金星町1丁目1-52  
☎(0166)22-2361

<http://www.kyoku-shi.com>

## 歯周病と糖尿病との関係

旭川医科大学歯科口腔外科学講座 吉田将重助教・松田光悦教授

虫歯や歯槽膿漏は、歯科医学ではウ蝕、歯周病と言われる口の中の病気ですが、これらの原因は口の中に存在する細菌であることが知られています。近年、特に歯周病は「生活習慣病」として認定され、全身疾患との関連性が歯科・医科分野において広く注目されてきています。今回は『歯周病と糖尿病』について説明します。

### 「歯周病」

一言に歯周病といってもいろいろな種類、程度のものがあります。歯茎が赤くなったり腫れるといった初期症状から、進行すると歯と歯茎の隙間から膿が出たり、軽い力で歯がグラグラ動くようになり、最後は歯が抜けてしまいます。

歯周病の原因は細菌による感染症です。ヒトからヒトへ接触感染します。もし母親が歯周病にかかっていたり、歯周病菌を持っていたりすると、その子供は食生活が確立するころには歯周病菌に感染することになります。しかしほとんどの場合、その子供が成人するまでは発症することがありません。その理由は、歯周病になり難いとか・なり易いとかといった『遺伝的要因』と、喫煙・加齢・ストレスなどの『環境要因』の二つの要因が関わっているからです。原因細菌はいくつか特定され、どのように発症するかについて分かっていますが、今のところ発症を完全に阻止する方法は明らかにされていません。

歯周病に罹患している日本人の割合は、若年者層では数%に過ぎないのですが、中年になると35%、そして45歳以上になると約60%以上にも及びます（平成17年度厚生労働省歯科疾患実態調査より）。しかも歯を失う最大の原因はこの歯周病にあるので、歯周病にならないようにするのは医療対策上の国家的課題ともいえるでしょう。

### 「糖尿病と歯周病との関係」

体のどこかに炎症<sup>※1</sup>があると、糖尿病を悪化させることがあります。歯周病は炎症ですから糖尿病にも悪影響を及ぼします。健康な状態では血中の糖が多くなると、すい臓はインスリン<sup>※2</sup>を放出して体の脂肪細胞、骨格細胞、および肝細胞に糖を取り込むよう働きます。この動きによって細胞はエネルギーを貯え、体の血糖は調節されています。しかし糖尿病になると、主として脂肪細胞がインスリンの働きを弱めるような物質を産生して血糖値に悪影響を及ぼし、その調節機能を失います（インスリン抵抗性）。

歯周病が進行した状態では、歯周病になった歯肉からインスリンの働きを弱める物質が絶えず作られます。これら物質が口の中の毛細血管から体内に取り込まれると、ますますインスリン抵抗性が増すこととなり、糖尿病の症状が悪化します。逆に、歯周病を治療して口の中の状態が良くなると、インスリンの作用を妨害する物質が少なくなるので、糖尿病の症状が良くなります。

糖尿病を例にしましたが、他にも動脈硬化やある種の心臓疾患との関りも研究されてきています。全身の健康は口の中の健康と大きく関わっていることがお分かりいただけましたでしょうか。歯周病を予防し、そして悪化させないためには、定期的な検査・治療が不可欠です。歯周病の症状を自覚される方は、お近くの歯科医院を受診されることをお勧め致します。

#### 生体因子

- 思春期や更年期の女性ホルモン
- 糖尿病や心疾患
- 遺伝

#### 歯周病

- #### 環境因子
- ブラッシング不足
  - 喫煙
  - ストレス
  - 食生活

※1 炎症：生体が何らかの有害な刺激（感染、外傷、アレルギー反応など）を受けた時に防御機構が働き、それによって生体に出現した症候。発赤・熱感・腫脹・疼痛・機能障害を「炎症の5徴候」という。

※2 インスリン：すい臓から産生され生体の血糖値の恒常性維持に重要なホルモン。血糖値を低下させるため、糖尿病の治療にも用いられる。

歯周病の発症には『遺伝的要因』と『環境要因』の二つの要因が関与し、糖尿病などの生活習慣病と強く関係しています。