

# 旭川歯科医師会便り

Vol.6

事務局／旭川市金星町1丁目1-52 道北口腔保健センター内  
☎(0166)22-2361

<http://www.ahmic21.ne.jp/kyokushi>

## 歯周病③ 「歯周病のリスクファクター」

て日本でも欧米化が進み、食生活も変化し、高カロリーで、かつ歯ぐきによくない粘着性の高い食品も増えてきたことが挙げられ、歯周病の性質が変化したことが考えられます。また、ライフスタイルも変化し、タバコの嗜好や社会生活によるストレスも原因であり、歯周病は生活習慣病の一つにあげられると思います。

歯ぐきしりは、歯周組織に負担をかけ歯周病を悪化させます。その他に、指しゃぶりなどの口腔悪習癖、食片圧入（食べ物が歯の間に詰まる）、外傷性咬合（悪い噛み合わせ）などもリスクファクターです。

「全身的なリスクファクター」

タバコは、歯周病最大のリスクファクターです。タバコには、歯ぐきの中の血管を収縮させる血管収斂作用があり、歯ぐきの線維の代謝を悪くします。また、喫煙によって歯ぐきの表面を傷つけ、歯周病の治療に影響を及ぼします。その結果、歯周病の進み方が早い、治療しても治りにくい、若い時期から歯周病になりやすい、歯が黒くなる、歯肉の色が悪くなる、自覚症状が出にくい、汚れが付きやすい、などがあります。

女性期の思春期、妊娠、更年期は、女性ホルモンの代謝の変調や栄養のバランスが崩れたりすると歯周病が悪化します。また妊婦では、つわりによって吐き気がひどく、歯を磨きにくい状態になっている為に、プラークがたまりやすくなります。ストレスが多いと、歯ぐきしりをするようになり、身体への抵抗力が低下したりして歯周病が進行しやすくなります。

不摂生な生活は、生活習慣病の温床です。糖尿病は、身体への抵抗力を低下させ感染しやすくなり、歯周病を悪化させます。その他に、骨粗しょう症、加齢、薬の副作用（抗てんかん薬、高血圧の薬、自己免疫疾患の薬）などもリスクファクターです。

次回には歯周病の予防についてお伝えします。

今回は、歯周病のリスクファクター（危険因子、歯周病にかかりやすかったり、悪化しやすい因子）についてお伝えしていきます。

歯周病は、糖尿病、心臓病などと同様に、近代社会になって急に増えてきた病気の一つです。歯周病のリスクファクターの一つとし

生活習慣病は、以前成人病とよばれていましたが、成人期以降に生じる疾患の多くには毎日の不適切な生活習慣の積み重ねが関与することが多いので、1996年に厚生省は「生活習慣病」という名称に変更しました。生活習慣には食習慣、運動習慣、休養、喫煙、飲酒などがあります。

### ●生活習慣病の種類

#### 食習慣によるもの

- ①インシュリン非依存性糖尿病（成人性糖尿病）
- ②肥満症 ③高脂血症（家族性を除く） ④高尿酸血症
- ⑤循環器疾患（先天性を除く） ⑥高血圧症
- ⑦大腸ガン（家族性を除く） ⑧歯周病

#### 運動習慣によるもの

- ①インシュリン非依存性糖尿病（成人性糖尿病）
- ②肥満症 ③高脂血症（家族性を除く） ④高血圧症

#### 喫煙によるもの

- ①肺扁平上皮ガン
- ②循環器疾患（先天性を除く）
- ③慢性気管支炎 ④肺気腫 ⑤歯周病

#### 飲酒によるもの

- ①アルコール性肝障害

生活習慣病とは？