

「歯周病と糖尿病について」

斎藤歯科診療所
院長 斉藤 光博 先生



歯周病は、むし歯とならんで歯科の2大疾患といわれています。お口の中の細菌（プラーク）がその原因であることは広く知られています。

歯周病は喫煙や歯ぎしりなどで進行しやすくなります。加えて最近では歯周病と全身疾患との関わりが取り上げられるようになってきており、特に歯周病と糖尿病との関わりは深いといわれています。

歯周病の発症や進行には、遺伝や歯磨きや生活習慣などに加えて、歯周病細菌への身体の抵抗力が大きく関係します。したがって、糖尿病によって免疫機能の低下、血管の脆弱化といったことがおこると細菌に感染しやすくなり、急激に歯周病が重症化して歯が失われていきます。

一方で糖尿病への歯周病の影響も盛んに研究されています。歯周病細菌から出される毒素が歯肉から血管内に入り込み炎症をひきおこします。その炎症物質が、血糖値を下げる働きをするインスリンを効きにくくする（インスリン抵抗性といいます）ことがわかっています。

すなわち慢性炎症である歯周病により血糖値は上昇し、糖尿病のコントロールを困難にし、同時に歯周病も進行していくという悪循環に陥ります。さらに、インスリン抵抗性に対して身体はより多くのインスリンを作ろうとします。この状態が長く続くと、インスリンを作る膵臓に負担がかかり、ますます糖尿病が進行しやすくなります。

このように糖尿病と歯周病との関係は深く、網膜症（失明の危険もある）、腎症、神経症などに続いて「歯周病は第6の合併症」といわれるようになっています。

糖尿病は予備群を含めると全国で 2000 万人もいるそうです。これは日本人の約6人に1人という膨大な数字です。しかし、近年歯周病に対する適切な治療により、糖尿病の状態をあらわすHbA1Cの数値の改善ができることがわかってきました。かかりつけの医師の指導を守り、併せて適切に歯科治療を受けることで状態を改善できる可能性があると言えます。

広報をお読みの方で興味のある方は、通院されている歯科医院の歯科医師にお尋ねになってみてください。