

沖歯科医院便り

発行/沖歯科医院 〒053-0855 苫小牧市見山町4丁目1-6

☎0144(72)8558 ☎0800(800)8545

<http://www.oki-dentalclinic.com/>



歯ぐきの治療で「糖尿病」が改善！

糖尿病と歯周病は相互に作用しあっている

今や国民病とも言われるほど、日本人に多い糖尿病。糖分をコントロールするホルモン・インスリンが不足したり、うまく作用しないために、血液中に糖分が溢れてしまう病気です。目が見えなくなったり、腎臓がわるくなったりと、糖尿病は合併症を起こすことでも知られていますが、歯周病もその一つ。第6番目の糖尿病合併症なのです。

しかし、糖尿病と歯周病の関係はこれだけではありません。糖尿病が歯周病をまねき、その歯周病が糖尿病に悪影響を与え、それによってまた糖尿病が歯周病を進行させて——というように、歯周病と糖尿病は相互に作用しながら悪化することが、近年の研究で、わかっています。

糖尿病が歯周病を発症させる理由

糖尿病のコントロールがうまくいかずに高血糖の状態になると、**免疫機能が低下**します。そのために歯周病のような感染症にかかりやすく、重症化しやすくなるのです。また、糖尿病の症状に「口の乾燥」がありますが、口の中を浄化したり、組織を修復する働きのある唾液の量が低下するため、歯周病菌が繁殖しやすい環境になると考えられます。さらに、高血糖状態で、過剰なブドウ糖がたんぱく質と結びついて糖化！最終糖化産物・AGEをつくりだして、歯肉組織に蓄積し、歯周病の発病・進行をまねきます。

歯周病治療で、糖尿病が改善

歯周病がひどくなると分泌されるのがTNF-α（炎症を起こした細胞の細胞死を誘発するなど、さまざまな働きをする）という生理活性物質。この物質には防御的な働きがありますが、インスリンの働きを悪くする作用（インスリン抵抗性）もあります。つまり、**歯周病のせいで血糖値が上昇してしまう**のです。

歯周病を治療して、歯周病と糖尿病の負の循環を断ち切りましょう。歯周病の徹底的な治療で、血糖コントロールが改善されたという報告は少なくありません。これは、TNF-αの産生量が低下すれば、インスリン抵抗性が改善されて、血糖コントロールがうまくいくようになるためと考えられています。

オーラルプロテクト コンソーシアム 《歯ぐきから全身の健康へー 歯周病予防の情報サイト》より

歯とお口にまつわる歴史

デンタルヒストリア

たきざわ はきん

滝沢馬琴はオリジナルの歯みがき粉を愛用！

さまざまな種類のある歯みがき粉ですが、皆さんもお好みのものをお使いだと思います。かつて江戸の文化人たちも歯みがき粉にはそれぞれの志向があったようで、中には**オリジナルの歯みがき粉**を愛用していた人もいました。「南総里見八犬伝」で知られる**滝沢馬琴**は、貝のカルシウムと焼き塩を使用したオリジナルの歯みがき粉を使っていたそうです。また、当時の恋愛小説として有名な「閑情末摘花」で知られる**文筆家の松亭金水**は、市販の歯みがき粉を使わず**塩だけでみがく**ことを好んでいたとか。皆それぞれにこだわりがあったようです。

