

内科との連携が求められる歯科医療 — 一体と心のケアで、口の中も健康に

● 歯の衛生週間



毎年6月4日から1週間は歯の衛生週間。一生自分の歯で食べられるよう、80歳になっても20本の歯を保ちたい

糖尿病患者は現在、予備群を含めて2200万人いるとも言われています。世界では4秒に1人が発病、そして10秒に1人が亡くなっています。また、25歳以上の方の8割がかかっているとされているのが歯周病。この一見なんの関係もなさそうな2つの病ですが、実はお互いに影響を及ぼしていることが分かってきました。国保でHOT情報では、歯周病と糖尿病の関係や口腔乾燥症、そして入れ歯のお手入れ方法など、鹿児島県歯科医師会広報担当理事の西園直幸先生にお話を伺い、5月27日と6月3日の2週にわたってお伝えしました。

糖尿病患者の歯周病は重症化しやすい

— 歯周病は口の中の病気、そして糖尿病は内科の病気ですが、この2つの病気の間には何か関係があるのでしょうか？

西園先生／歯周病は歯を支える組

織の病気で、歯周病菌が炎症を繰り返し、歯周組織を破壊していきます。

糖尿病は血糖値が高くなる病気ですが、神経障害などの合併症が大きくな問題です。実は、歯周病は糖尿病の第6の合併症と言われ、なかなか治りにくい上に、重症化しやすい傾向があるのです。

— 歯周病が重症化すると、どうなるのですか？

西園先生／歯ぐきが簡単に出血し、歯周ポケットに膿がたまるので口臭もします。しっかり噛みにくくなりますし、最終的には歯を失ってしまうこともあります。

— 糖尿病患者の人が歯周病になると健康な人より重症化しやすいのでしょうか？

西園先生／糖尿病になると免疫機能が低下し、それは歯周病菌に対し



写真右が歯周病になった歯ぐきの断面図。左の健康な歯ぐきに比べて赤みを帯び、腫れているのが分かる

ても同じです。また、糖尿病によって唾液が減少して口の中が乾燥することや、歯周組織の代謝や血管の流れが悪くなることも、重症化につながります。

— なるほど。糖尿病が歯周病に対して、大きな影響を及ぼしているのですね。

西園先生／ところが最近、逆の関係が明らかになってきました。糖尿病の患者さんに歯周病の治療を行うと、血糖値が下がったという報告が出てきたのです。つまり歯周病も糖尿病に対して影響を与えているこ

とが分かってきました。

口腔内の乾燥が 引き起こすトラブル

——さて、高齢者に多くみられる口腔乾燥症ですが、どんな病気ですか？
また高齢者は若い方に比べて、口中が乾きやすいのでしょうか？

西園先生／口腔乾燥症とは唾液が減少し、口の中が乾く病気です。唾液の分泌量は年齢とともに減ってきますが、食事中や咀嚼しているときの分泌量は、若いときと比べても

大きな変化はないのです。ただし、高齢者の場合、さまざまなお薬を飲んでいことが多いため、そのために口の中が乾燥することが考えられます。

——その場合、どのような種類のお薬が乾燥の原因になるのでしょうか？

西園先生／唾液の分泌を抑える副作用のあるお薬は600種類以上。例えば利尿剤や降圧剤といった体内の水分調整に関する薬や、抗うつ

剤など精神に作用する薬がありま

——また、高齢者の口腔内が乾燥すること、どんな問題が生じるのでしょうか？

西園先生／唾液には食べ物や飲み込みやすくする働きや、雑菌を消毒する作用があります。口の中が乾燥すると、食べ物や喉に詰まらせて窒息する危険性が増してしまいます。また、雑菌が増殖して口臭がひどくなると同時に、誤嚥(食べ物が食道ではなく、気管に入ること)による肺炎を起こす可能性もあります。入れ歯も唾液が少なくないと、粘膜の痛みが出やすくなりますし、虫歯や歯周病を悪化させることにもつながるのです。

——口の中の乾燥というと、つい見過ごしてしまいがちですが、気をつけなければいけない症状がたくさんあるんですね。では、どんな治療法があるのでしょうか？

西園先生／口腔乾燥症は糖尿病や自己免疫疾患などの全身的な病気や精神的ストレス、薬の副作用が原因になっていることが多いです。歯科だけではなく内科と連携して治療することが重要ですね。また、歯

科単独の治療法としては、人口唾液や保湿ジェルなどを用いる対症療法、唾液分泌促進剤による薬物療法、筋機能療法などがあります。

入れ歯が合わなくなったら 早めに調整しよう

——最後に、入れ歯の種類やそのお手入れ法等について教えてください。

西園先生／入れ歯には、部分入れ歯と総入れ歯があります。お手入れは専用のブラシで磨く方法と、入れ歯洗浄剤で化学的にきれいにする方法を併用します。就寝時は乾燥による変形を防ぐために、容器に水を入れて水中に保管します。入れ歯安定剤は一時的な対処法としては有効ですが、入れ歯自体の調整や修理が必要だと考えられるので、なるべく早く受診してほしいですね。

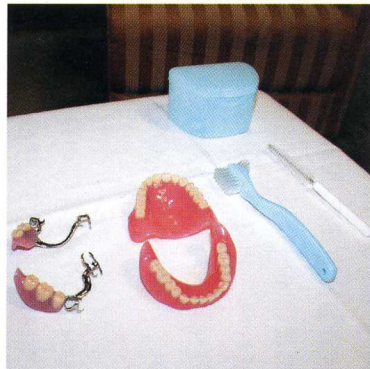
歯周病も糖尿病も同じ生活習慣病。日頃の生活を振り返り、改善することが、このような病気を予防する第一歩になります。そして改めて知ったのは、歯の病気が全身的な病気と密接に関係しているということです。歯も体もしつかりケアしながら、健やかに生きる喜びをかみしめたものです。



入れ歯のお手入れ方法について、実物を使って分かりやすく説明する西園先生(写真左)と和田由樹健康リポーター



部分入れ歯専用ブラシなら、細かい部分もきれいに磨くことができる



左から部分入れ歯と総入れ歯、そして2種類の入れ歯専用ブラシ。右奥は入れ歯を水中に入れて保管するときの専用容器