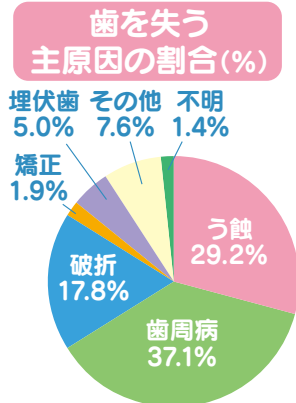


## 歯周病について

成人の約8割が歯周病に罹患しています。初期には痛みなどの症状がないため、ほとんどの人には自覚がありませんが、歯を失う最大の原因は歯周病です。歯と歯ぐきの境目について歯垢(プラーク)の中に存在する歯周病菌が原因となり歯周病が発症、進行します。



公益財団法人 8020推進財団  
「第2回永久歯の抜歯原因調査報告書」より

### 歯周病の症状

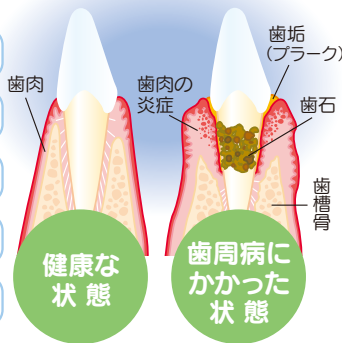
歯ぐきが腫れる

出血する

歯ぐきを押しと膿が出る

歯がグラグラする

口臭が強くなる



### 歯周病の治療法

1 歯ブラシ、フロス、歯間ブラシ等を使用し歯周病菌を減らす

2 スケーリング(歯石の除去)を行い歯の表面をキレイにする

3 重症化した歯周病に対しては外科処置を行う

4 定期的な歯科健診で健康な歯ぐきの状態を維持する

歯周病の治療を行うことで  
血糖のコントロールが  
良くなります

## Q & A



Q1 健診で血糖値が高いと指摘されましたが、  
どこも痛くありません。治療が必要ですか？



A そのまま放置するとさまざまな合併症を引き起こしやすくなります。ぜひ、内科の治療を受けてください。  
血糖値が高いと歯周病に罹患しやすく、重症化しやすくなるので歯科医院でも検査をお勧めします。定期的に歯科医院を受診することで、血糖コントロールもよくなります。



Q2 糖尿病ですが  
歯科治療は問題なく受けられますか？



A 糖尿病であっても血糖のコントロールができていれば、抜歯などの外科処置を含めてほとんどの歯科治療は問題なく行えます。もし、血糖のコントロールが悪く血糖値が高い場合、術後の経過が悪くなりやすいため、外科処置は保留となる事もあります。詳しくは、かかりつけ医、かかりつけ歯科医にご相談ください。



Q3 タバコを吸っていますが  
歯周病や糖尿病に影響しますか？



A タバコを吸うことにより、血行不良や免疫機能低下の状態となり歯周病が重症化します。また、糖尿病の合併症である心筋梗塞、脳梗塞のリスクが、タバコを吸うことにより、さらに高くなります。  
ご自身やご家族のために、ぜひ禁煙にチャレンジしてみてください。



Q4 昔から早食いです、  
身体には良くないのでしょうか？



A 時間をかけて良く噛んで食べるほうが、急激な血糖値の上昇や過食の予防になります。また、歯が悪くてよく噛めないときは、歯科医院を受診しましょう。

# 糖尿病 と 歯周病

## 糖尿病と歯周病の意外な関係について



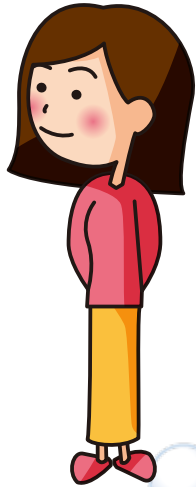
お口の健康を維持、増進することでより健康に長生きできます。  
パールリボン運動はこのことを広く知ってもらうための運動です。

宮崎県・一般社団法人 宮崎県歯科医師会

〒880-0021 宮崎市清水1丁目12番2号 TEL 0985-29-0055  
<http://www.miyazaki-da.or.jp>

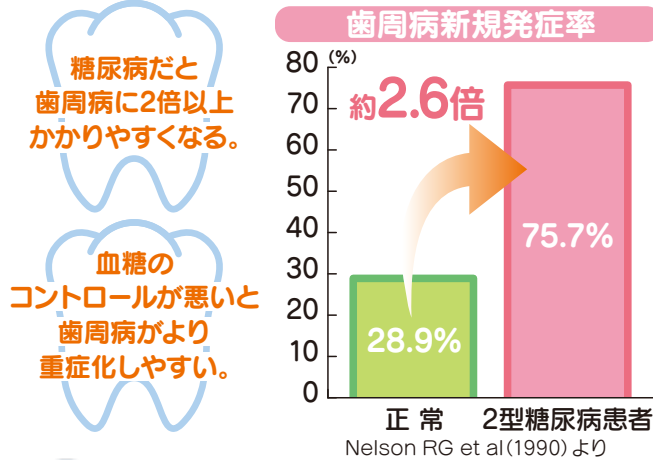
# 糖尿病と歯周病の関連性について ご存知ですか？

歯周病は、細菌感染による慢性の炎症です。進行すれば膿が出たり歯がグラグラして抜けてしまうことはよく知られていますが、最近の研究によりさまざまな生活習慣病と関係があることがわかってきました。その1つが糖尿病です。実は、歯周病は糖尿病の合併症の1つといわれるほど深い関連性があります。



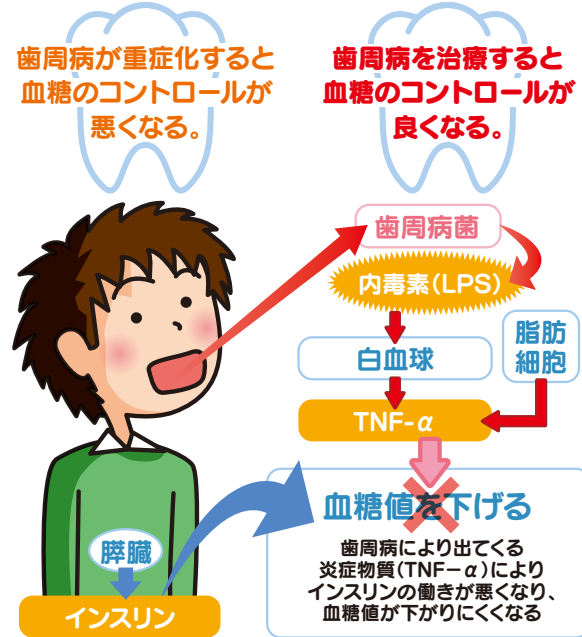
# 糖尿病が歯周病に与える影響

糖尿病になると細菌に対する抵抗力や組織の修復力の低下、口腔内の乾燥等が生じ、それらが歯周病を悪化させます。

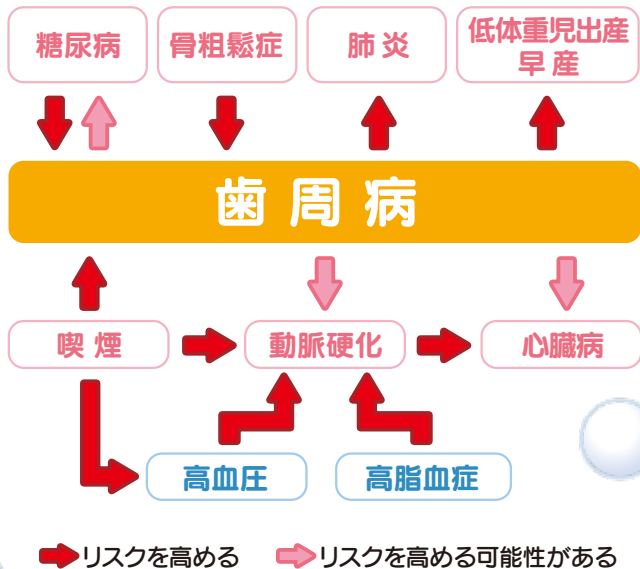


# 歯周病が糖尿病に与える影響

歯周病により出てくる物質がインスリンの働きを妨げて血糖値が下がりにくくなります。



# 歯周病と全身とのかわり



# 糖尿病と合併症について

糖尿病は、血糖値が高い状態が慢性的に続く病気です。その患者数は、生活習慣の変化等により急増しており、「糖尿病が強く疑われる人」、「糖尿病の可能性のある人」がともに約1,000万人と推計されています。自覚症状が出にくいいため、糖尿病と診断されても治療を受けない人や中断する人もいますが、高血糖の状態が続くと、下記のような合併症を発症することがあります。



# 糖尿病連携手帳について

歯周病は、糖尿病の合併症の1つです。かかりつけ医、かかりつけ歯科医の連携のため「糖尿病連携手帳」を必ずご持参ください。

