

## 糖尿病ワンポイントアドバイス 糖尿病と歯周病

歯周病は第6番目の糖尿病の合併症と考えられています。そこで、糖尿病と歯周病の関係についてお話します。

糖尿病は血液中のブドウ糖の量（血糖値）が必要以上に高くなってしま病気です。血液中の糖を各組織に送って活動エネルギーにしたり、脂肪やグリコーゲンに変えてこれらをため込む働きをしているのがインスリンというホルモンです。そのインスリンの量が少なかったり、働きが低下したりすると血糖値の調節ができなくなり、糖尿病を発症してしまいます。

歯周病は歯の周囲にある歯肉などの組織（歯周組織）に細菌が感染し、慢性的に炎症が起こる病気です。初期では歯肉から出血する程度の症状ですが、進行すると歯がぐらぐらと揺れてきて最後には歯を抜かざるを得なくなることもあります。

### 糖尿病が歯周病に与える影響

血糖がコントロールされていない状態が続くと以下のように歯ぐきに悪影響を及ぼします。

- ①唾液が少なくなり、口の中の細菌が繁殖しやすくなります。
- ②免疫力が低下し、歯肉の炎症が治りにくくなります。
- ③コラーゲンの合成が低下し、歯肉を維持する力が減ります。
- ④血管障害により歯肉の血行が悪くなります。

- ⑤高血糖によりAGEというタンパク質が作られ、歯肉などの組織に沈着し炎症を引き起こします。
  - ⑥脂肪細胞からTNF- $\alpha$ という物質が産生され、炎症をおこす細胞を刺激します。
- そのため、糖尿病になると歯周病になりやすく、治りにくいと言えます。

### 歯周病が糖尿病に与える影響

糖尿病は歯周病に影響を与えるだけでなく、歯周病が悪化すると糖尿病にも悪影響を及ぼすことがわかってきました。歯周病菌のもつ毒素は脂肪細胞や肝臓からのTNF- $\alpha$ の産生を促進します。このTNF- $\alpha$ は炎症に関わる細胞の働きを刺激するだけでなく、インスリンの働きを抑えます。そのため、さらに血糖値のコントロールが難しくなってしまいます。逆に、歯周病の治療を行うことにより、血糖値のコントロールがしやすくなります。

### 歯周病の治療と予防

歯周病の基本治療はプラークコントロールと歯石除去になります。

プラークとは歯に付着した細菌の塊のことです。特に歯周ポケット内にある細菌は葉が到達しにくく、歯ブラシも届きにくいので、専門的な歯科衛生士の歯磨き指導を受ける必要があります。

歯石とはプラークに唾液中の成分が沈着して石のように固まったもので、歯ブラシでは取り除けません。そのため、専門的な器具による除去が必要です。

また、歯周病が改善しても予防することが重要で、定期的な歯科検診を受けるようにしましょう。

（歯科・口腔外科医長 奥村健哉）

## 三重病院 外来糖尿病教室

## 6月開催のお知らせ

### ★6月のテーマ『食中毒に気をつけよう!』

- 食中毒の菌はどこからやってくるの？
- 食中毒の予防法は？
- 機器を使って手の細菌を調べてみよう。

日時 ● 平成21年6月24日(水) 14時～15時

場所 ● 三重病院 研修棟 第1研修室  
(表玄関向かって左側の建物です)

担当 ● 臨床検査科 井上 吉典

毎年、夏になると患者数が急増するのが食中毒です。抵抗力の弱い子どもやお年寄り、糖尿病などの基礎疾患のある方は重症化しやすくなります。上手な手洗い方法や調理法などを考えて食中毒を予防しましょう。

参加費無料です。ご興味のある方はどなたでも参加できますので、当日会場に直接お越しください。



募集してま

### ①看護師 ▶ お気軽に 三重病院看護部長室 今井可奈子までご連絡ください

看護師の仕事をやめてからしばらく経つので心配…とってみえる方、大丈夫です。看護技術が不安な方には、トレーニングをしていただく準備もできております。

赤ちゃんからお年寄り、身体の不自由な方、どなたにもやさしい三重病院です。私たちといっしょに看護をしてみませんか？相談・見学随时お受けいたします。

### ②薬剤師 非常勤の薬剤師業務

▶ お問い合わせは  
三重病院 管理課 北山まで  
ご連絡ください