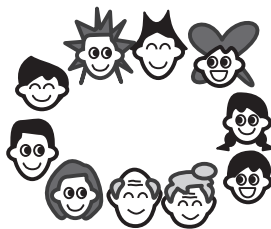


津谷歯科医院 口腔ケア新聞

N P O 法人
訪問歯科診療
を広める会
賛 助 会 員



令和3年5月号

発行人 津谷歯科医院

院長 津谷 良

住所 岡山市中区海吉1807-14

紙面に関するお問い合わせは下記まで
電話：0120-779-418

配信代行：訪問歯科診療を広める会

皆さん、こんにちは！いかがお過ごしですか？

津谷歯科医院、院長の津谷良です。

「口腔は健康の入り口」と言われ、口腔内の状態と全身疾患には関連性があります。口の中で全身疾患に影響を及ぼすのは、口腔衛生と口腔機能の状態、多くの研究や疫学調査で明らかとなっています。1つ目の口腔衛生は口の中の細菌の状態がポイントになります。特に歯周病菌は人類史上最大の感染症とギネスブックに認定され、日本の60歳代の感染率も約90%と高く、歯を失う第一の原因です。2つ目の口腔機能は噛める状態かどうかポイントになります。今回の介護報酬改定では、口腔衛生管理と口腔機能向上が強化・拡充され、ほとんどの介護事業所で口腔に関する介護サービスの提供が可能になりました。今月は『口腔と全身疾患との関係』についてお届けします。



■ 歯周病と糖尿病の関係

糖尿病と歯周病は相互に関連していて、糖尿病の人は歯周病が進行して重症化しやすく、歯周病を持つ人はインスリンが効きにくくなり血糖値が上昇します。歯周病の治療によって血糖値が改善されることが確認されています。

■ 歯周病と心血管疾患・脳血管疾患の関係

心臓や脳の血管病変は、日本人の死因の約30%を占めています。歯周病菌が動脈硬化した部分からも検出され血管の閉塞に関連しているとされ、疫学調査では、歯周病の人は心血管疾患リスクが2~3倍高くなることが報告されています。

■ 口腔内細菌と誤嚥性肺炎の関係

肺炎にかかったことのある高齢者の約70%は、睡眠中等に自分で気が付かないうちに口腔内細菌を誤嚥しています。高齢者に頻発し、しばしば死に直結する誤嚥性肺炎ですが、歯科衛生士による専門的クリーニングを受けることで、口腔内細菌を減少させることができます。誤嚥性肺炎を予防するには、口腔ケアを定期的に受けるかどうかが鍵となります。

■ 歯周病と早産・低体重児出産の関係

歯周病菌による炎症で産生されるサイトカインという物質や菌体成分の影響により早期低体重児の出産リスクが増大すると言われています。

■ 歯数・咀嚼と認知症との関係

高齢化が進み、認知症も増加しています。従来は、認知症になることできちんと歯を磨けず、むし歯や歯周病が進行して歯が抜けると考えられていました。しかし、疫学調査によって口腔環境の悪化が認知機能低下に影響している場合のあることがわかってきました。歯が少なくなり食事が減ると、ビタミン不足となり認知症を発症しやすくなります。また咀嚼は三叉神経を介して脳を刺激するとともに咀嚼筋を動かすことによって脳血流量が増加することから、歯数や咀嚼の減少が認知機能低下に影響していると考えられ、認知症の発症リスクが約2倍になるという報告があります。自分の歯を失っても入れ歯を使用すれば認知症の発症リスクを抑えることができます。口腔機能衛生管理や口腔機能向上がとても重要になってきます。

◆ 口腔衛生管理や口腔機能の維持・向上は全身の健康への第一歩 まずは歯科健診を！ ◆

口腔ケア新聞の発行にあたって



ここ数年、外来患者さんやそのご家族から訪問診療のお問い合わせやご依頼を受けるケースがとて増えてきました。小さなご病気されてしまったことがキッカケで、寝たきりになってしまわれたりして、「いつもお元気でいいですね」って話をしていたのに…。そんなことが続いたので、これは本格的に訪問診療に取り組まなければいけないかなって、強く思うようになりました。

そこで取り組みの一環として、要介護者の歯と口に関する情報を地域の介護に携わっている方にお届けしようと考え、口腔ケア新聞を毎月1回発行しています。

津谷歯科医院

診療時間 9:00~12:30/14:00~18:30
(土曜日は16:30まで)

診療科目 歯科 小児歯科

休診日 木曜・日曜・祝祭日

院長 津谷 良

岡山市中区海吉1807-14

☎ 0120-779-418 FAX 0120-779-413