

第34回麻布環境科学研究会 市民公開講座1

歯周病から全身性感染症へ

江口 徹

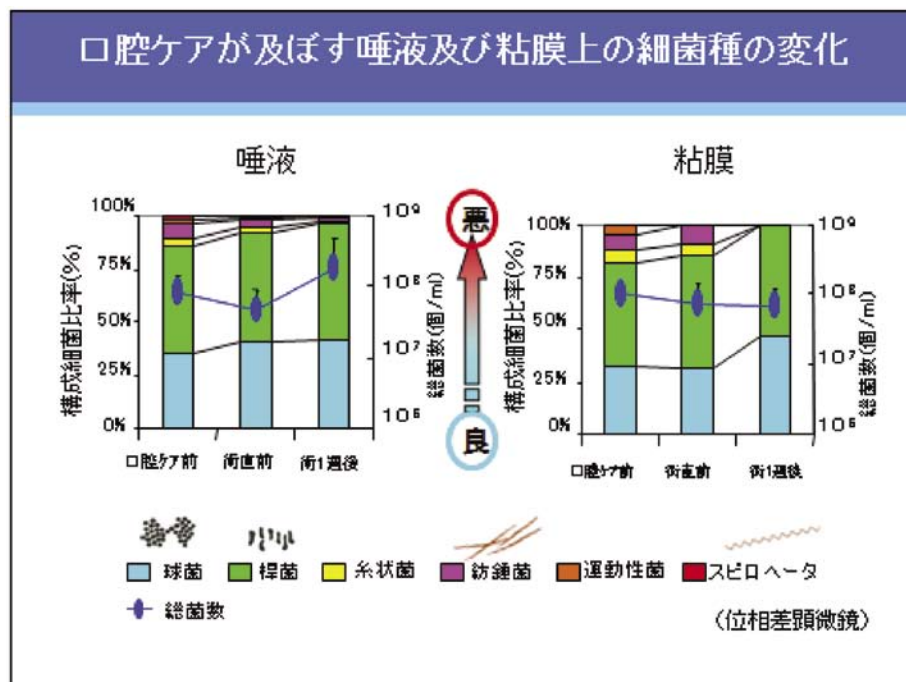
サンスター静岡研究所

1989年から始まった80歳で20本の歯を残すという8020運動により、1993年時点で達成者が10.7%であったのが、2011年には40.2%と増加し、高齢者の口腔内環境は改善された。健康増進活動としては、際立った成果が得られた一例である。一方で、歯科疾患と全身疾患の関係が明らかとなり、特に歯周病といわれる歯と歯肉を破壊する疾患では、口腔内の機能を破壊するだけでなく、その影響は全身に広がり、さまざまな全身疾患と関連することが明らかとなってきた。

その主たる原因は口腔内に棲息する細菌である。10年前までは約300種類と言われていた口腔内細菌は、遺伝的な検査法の進展により、現在では約700種類が検出される。

このうちの半分以上の細菌はまだ未分類か培養ができない菌で構成されており、もっとも身近なお口の中の細菌が、半分以上は未知なものであると言うことに驚かされる。

また、これらの菌は口腔内の清掃を怠ると、通常定着している菌が減少し、炎症症状などが生じた時に生育してくる菌に置き換わっていく。口腔ケアを実施すると速やかに元に戻ることも示されている。



すなわち、歯磨きをしないで過ごすと、歯垢あるいはプラークと言われる菌の塊が歯と歯肉の境目や歯と歯の間などに溜まり、歯肉は炎症状態となる。歯垢の菌量は1グラム中に1,000億個、つまり、爪楊枝の先ほどの量でもその中には1億個の菌が生育している。これらの菌は、飲み込んだり、あるいは炎症部位から血管内に移行し、全身に拡散することで、全身の健康にも影響を及ぼすことが報告されている。具体的には、糖尿病や心疾患、リウマチ、早産などに関連が深いとされ、現在も研究が進められている。また、誤嚥性肺炎は口腔内の菌が直接の原因となることから、高齢者や入院患者での口腔内管理は重要である。

一方で、口腔内を清潔に保ち、歯を健康な状態で残すことにより、全身の医療費が下がっている事がいろんな調査で明らかとなってきた。厚生労働省の調査では、歯が4本以下の人は歯が20本以上残っている人に比べて、年間の医療費が1.4倍から1.6倍多くかかっていることが示されている。国民一人当たりの生涯医療費は約2,400万円と言われ、その金額は50歳代から急速に増加し、70歳以上で約5割を費やすと言われている。50歳を境に急速に罹患率が高まる歯周病を予防し、多くの歯を残すことで生涯医療費に差が出るのであれば、若いうちから口腔内の健康維持を行う事は経済的にも重要な事柄となる。

今回の講演では、お口の構造と口腔ケアの方法、お口の病気、お口と全身の関係をお話しながら、皆さんの身近な問題として口腔ケアを理解し、実践して頂けるように、話題提供したいと考えている。

