

歯周病と糖尿病・肥満(高血圧症)の深い関係について

歯周病は、歯の周囲のハグキなどの組織に細菌が感染して起こる慢性的な感染症です。歯周病は以前から、糖尿病の合併症の一つと言われてきました。実際、糖尿病の人はそうでない人に比べて歯肉炎や歯周炎にかかっている人が多い、という疫学調査が複数報告されています。

なぜ、糖尿病の人は歯周病になりやすいのでしょうか。まだこの詳細な仕組みは解明されていませんが、血糖値が高い状態が続くと、体の免疫機能が低下してさまざまな感染症にかかりやすくなったり、糖分を多く必要とする歯周病菌が増殖しやすくなるためではないかと考えられています。

さらに最近、歯周病になると糖尿病の症状が悪化する、という逆の関係も明らかになってきました。つまり、歯周病と糖尿病は、相互に悪影響を及ぼしあっていると考えられるようになってきたのです。

肥満と歯周病にも密接な関係

この関係が明らかになってきた背景には、歯周病が、糖尿病だけではなく、その前段階と言える「肥満」とも密接な関連があると分かってきたことが挙げられます。ある調査では、肥満の人に歯周病が多いということも報告されています(参考記事:[肥満の人は歯周病にかかりやすい](#))。

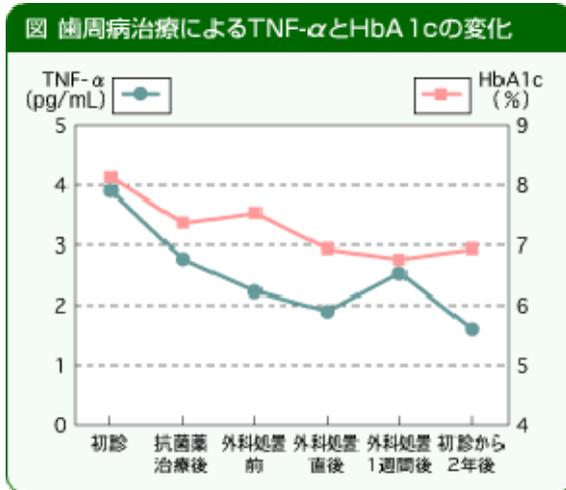
肥満の人の内臓脂肪には「TNF- α (腫瘍壊死因子)」という物質がたくさん発現しています。この物質は、白血球の一つ、「単球(マクロファージ)」からも分泌されて、炎症反応を活発化させるのに重要な役割を果たしていることが分かっています。

つまり、肥満の人は、常に体内が炎症状態にあると言えるのです。こうした場合に何らかの感染症にかかると、さらに全身の炎症がひどくなるとみられています。歯周病も感染症なので、より炎症が悪化するというわけです。なぜこうしたことが起こるのか、はっきりとは分かっていませんが、私が診ている患者さんの中にも、「風邪のときにハグキの腫れがひどくなるようだ」と話す人もいます。

歯周病菌が、歯とハグキの間の溝である「歯周ポケット」から簡単に血液中に入り込んでいくことも大きな問題です。歯周病菌が血液中に多量に存在すると、致命的な感染症を起こすこともあります。

それに加えて、歯周病菌の死骸が「内毒素」と呼ばれる多量の毒素をまき散らすことが、血糖値にも悪影響を及ぼします。血液中の内毒素は、脂肪組織や肝臓からの TNF- α の産生を強力に推し進めます。TNF- α は、血液中の糖分の取り込みを抑える働きもあるため、血糖値を下げるホルモン(インスリン)の働きを邪魔してしまうのです。

歯周病治療で糖尿病も改善



インスリンの働きが悪くなると、血糖値が下がりにくくなります。つまり、歯周病も肥満も、TNF- α の分泌を活発にすることで血糖値のコントロールを悪化させ、結果的に糖尿病の発症につながる可能性があると考えられるのです。

実際歯周病を合併した糖尿病の患者さんに、抗生薬を用いた歯周病治療を行ったところ、血液中の TNF- α 濃度が低下するだけでなく、血糖値のコントロール状態を示す HbA1c 値も改善するという結果が得られています(図)。

ただし、覚えておいていただきたいのは、現在の歯周病治療は、その進行を抑えることしかできないということです。歯肉炎と呼ばれる状態であれば、口腔ケアによってハグキを元の状態に戻せますが、歯周炎になってしまうと、ハグキの状態は元には戻りません。

歯周病菌は歯周ポケットと呼ばれる歯とハグキの間の溝にはびこるので、薬を飲んでも薬剤はなかなか歯周ポケットに出て行きません。したがって、予防に努めることが重要です。口腔ケアも自分一人できちんとは行うのは難しいと言われています。このため、健康な人でも、半年に一度は歯科医を受診し、歯のケアを受けるようにしてください。

(医)谷歯科医院

谷佳憲

(医)谷医院

谷勲