

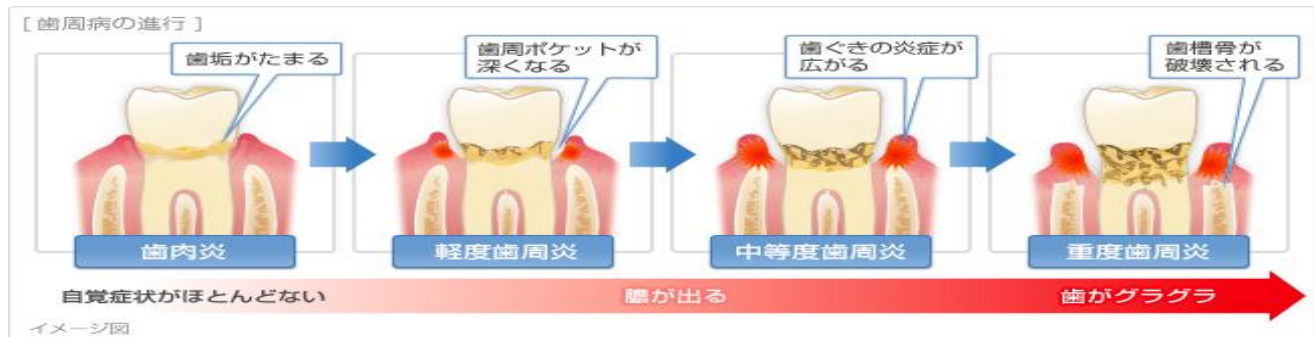


## ～歯周病と認知症～

歯周病にかかり歯を失ってしまうと、歯が20本残ってる人比べて認知症を発症するリスクが1.9倍にもなります。歯を失い義歯を使用している人も、なんでも噛める人よりも発症リスクが1.5倍になります！！

### 歯周病とは

歯周病は細菌の塊であるプラーク(歯垢)が、歯周ポケット内に溜まり、細菌が出した毒素により炎症が起き歯を支えている歯槽骨が破壊され、支えが無くなった歯が揺れ、最終的には抜け落ちてしまう病気です。



歯周病菌の出す毒素は、糖尿病、冠動脈心疾患、早産、誤嚥性肺炎などの全身疾患のリスクを高める因子でもあります。歯周病の初期は痛みなどの自覚症状はありません。そのため気がつかない間に進行してしまい歯を失ってしまうこともあります。日本人の成人の約8割がかかっていると言われていています。

### アルツハイマー型認知症、歯周病で悪化

名古屋市立大大学院の道川誠教授(生化学)らの研究チームが、歯周病が認知症の一種、アルツハイマー病を悪化させることをマウスの実験で明らかにし、1日までに日本歯周病学会で発表した。

道川教授によると、これまで歯周病とアルツハイマー病の関係は科学的に研究されておらず、「歯周病治療で、認知症の進行を遅らせる可能性が出てきた」としている。

同大学院と国立長寿医療研究センター(愛知県大府市)、愛知学院大(同県日進市)の研究チームは、人工的にアルツハイマー病に罹患(りかん)させたマウスを用意。2グループに分けて、一方だけを歯周病菌に感染させた。これらのマウスを箱に入れて球や三角すいの物体を2つ見せた後、うち1つを置き換えて反応を調べると、歯周病のないマウスは新しく置いた物体へ頻繁に近づくが、歯周病を併発したマウスは反応が変わらなかった。道川教授によると、認知機能が低下し、最初に見た物体の形を忘れていたため、新しい物体に興味を示さなかったという。

実験後にマウスの脳を調べると、歯周病菌に感染してから約4カ月間で、記憶をつかさどる海馬にアルツハイマー病の原因となるタンパク質が沈着し、歯周病のマウスの方が面積で約2.5倍、量で約1.5倍に増加していた。[共同] [http://www.nikkei.com/article/DGXNASDG01009\\_R00C13A6CR8000/](http://www.nikkei.com/article/DGXNASDG01009_R00C13A6CR8000/)

### 歯周病と認知症の予防法

歯周病の最大の予防法は毎日の正ブラッシングです！

75歳以上の人の残っている平均歯数は約9本なのに対しアルツハイマー型認知症の方は約3本です。

歯を失う原因の第1位は歯周病です。歯を失い噛めなくなることにより、脳神経への刺激が減り認知症の発症リスクが高まります。また、歯周病菌の毒素が血流に乗り脳に到達すると、神経の炎症や脳損傷を起こすとも言われています。

このような事からも、歯周病の予防を行うことが認知症の予防に繋がるのです。毎日の3回ブラッシングを行う人は、1回の人に比べ認知症の発症が65%も低いそうです。また認知症に限らず、全身疾患の予防にもなります。

正しいブラッシング法を習得し、習慣付けることにより、いつまでも楽しく食事ができ健康でいられる近道になります。

#### <クリニックからのお知らせ>

当院は、歯科治療はもちろんの事、噛む力・飲み込む力のリハビリテーションなど生活機能の維持・改善を目的とした歯科医院です。ご自宅にて嚥下内視鏡検査や適切な食形態のアドバイスも致しますので、むせる・よく噛めない・おうちから食べてもらいたい・・・などお困りの事がございましたら、お気軽にご相談だけでもお問合せ下さい。

