糖尿病
早産
低体重児出産
心筋梗塞
脳梗塞

その病気、歯周病のせいかも?!

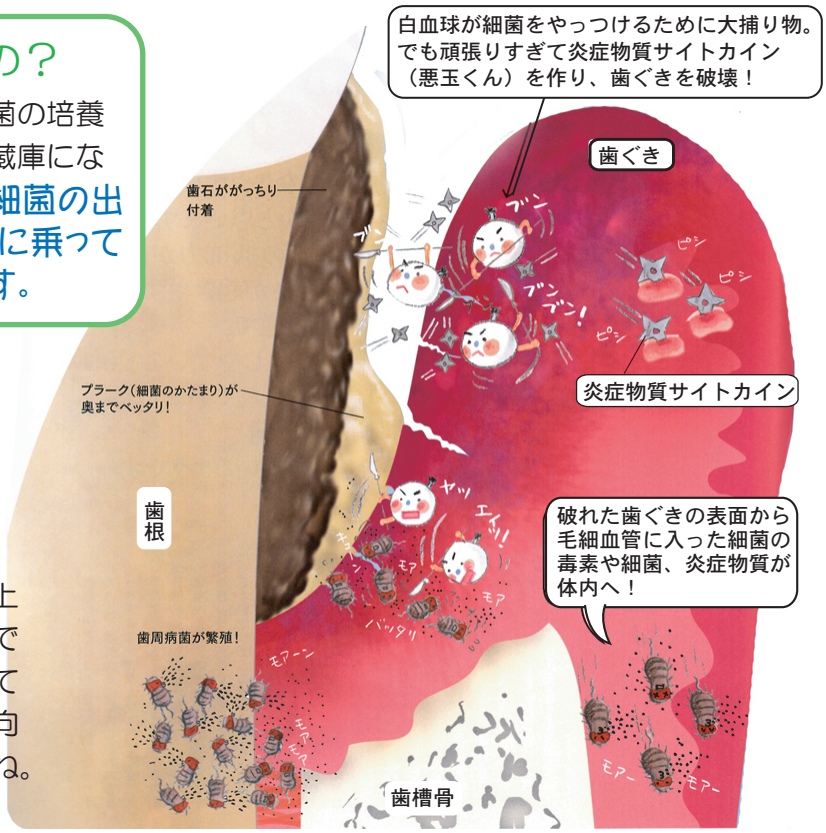
『歯ぐきから血が出たり、疲れると歯が浮く感じがする。』
>>> これは歯周病の症状です。歯周病の検査を受けてみては？

★これが歯周病です。

１日数回きちんと歯みがきしていても、歯ぐきの溝や歯と歯の間には必ず**みがき残し**（細菌のかたまり、プラーク）があります。このみがき残しをため込んだ結果、歯周ポケットの奥に棲みついた**歯周病菌が大繁殖！**そして歯周病へと進行します。

Q なぜ歯周病はからだに悪いの？

歯周病を放置していると歯周ポケットは細菌の培養工場になってしまい、増え続ける細菌の貯蔵庫になります。腫れてただれた歯ぐきの表面から**細菌の出す毒素や細菌そのものが、血液の流れに乗って絶えず全身をかけめぐって悪さをします。**



特に影響を受ける病気

＜糖尿病＞糖尿病が悪化する！

糖尿病になるとからだの抵抗力が落ちるため、歯周病菌が増殖しやすく、健康な人の２倍以上も歯周病になりやすいんです。また、その逆で歯周病で糖尿病が悪化しやすいことも分かってきました。どうやら、歯周病と糖尿病は双方向に悪さをし合って悪循環になっているんですね。

＊ 糖尿病の人で、歯周病治療をしたら血糖値が下がったという方も多くいらっしゃいます!!

＜心筋梗塞・脳梗塞＞ 心臓や脳の血管が詰まりやすい？

歯周病菌の出す毒素や歯周病菌が慢性的に血管に入り、心臓や脳に到達して血管の壁を厚くしたり、「脂肪のかたまり」や「血のかたまり」を作ると言われています。歯周病になると必ずしも血管が詰まるわけではないのですが、気をつける必要がありそうですね。

＜早産・低体重児出産＞歯周病は女性ホルモンがお好き。

じつは、歯周病菌の出す毒素の刺激がお腹の赤ちゃんをいじめています!!
細菌の出す毒素や歯ぐきの炎症部で作られる物質サイトカイン（悪玉くんなど）が血液の中に流れ続けると、胎盤を通して赤ちゃんに毒素が届きます。また、子宮筋膜を刺激し、ぎゅーっと収縮させ、赤ちゃんが大きくなる前に出産のスイッチがONになってしまい、早産や低体重児出産につながります。

Q 歯周病菌を退治するには？／ セルフケアとプロフェッショナルケアの両方で健康なお口と体を守ろう !!

歯周病菌は歯と歯ぐきとのすき間（歯周ポケット）にたまり歯周病を進行させるので、まずは歯周病菌の数を減らし、悪さをする成熟したプラークを作らないことです。 毎日の10分以上かけた丁寧な歯みがき（歯の面全体にくまなく届かせる）と、歯周ポケット内のクリーニングを歯科医院で受けることをおすすめします。それが歯周病予防の一番の近道となります。