

vol.18 栄養だより

小川内科・糖尿病内科クリニック

今月のテーマ：糖尿病と歯周病の深い関係

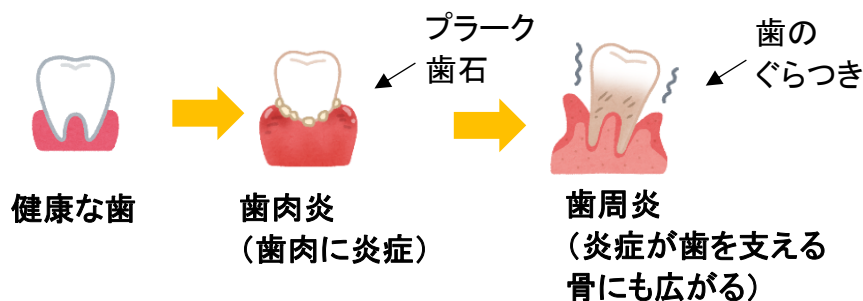


歯医者さんに最後にいつ通院されたか覚えていますか？実は糖尿病と歯周病には深い関係があります。血糖コントロールを良好に保つためには、お薬・運動・お食事だけではなく、お口のケアも大切です。かかりつけの歯科医院をつくり、定期的な検診・適切なブラッシング指導を受けましょう。また歯科を受診する際には、糖尿病連携手帳を持参し、糖尿病であることと治療内容を伝えましょう。



歯周病とは？

歯周病とは、プラーク(歯垢)が主な原因となり、歯を支える組織が炎症を起こす病気です。プラークとは細菌のかたまりで、放置しておくと歯の歯肉の間(歯周ポケット)で増殖し、歯肉に炎症を起こします。さらに歯を支えている骨が失われ、歯を失うことにもなります。



血糖値と歯周病の関係

歯周病になると出血や膿を出しているような歯周ポケットからは、炎症に関連した化学物質が血管を經由して体中に放出されています。その化学物質は、体の中で血糖値を下げるインスリンを効きにくくするため、糖尿病が発症・進行しやすくなります。また歯を失うと糖尿病の大切な治療である食事療法が十分に行えなくなります。

また、糖尿病の患者さんは唾液の分泌が少なく、プラークが付きやすくなるため、歯周病の発症リスクは健常な人の2~3倍とされます。また免疫機能の低下で、細菌に関する抵抗力が低く、歯周病が悪化しやすくなっています。

このように歯周病と糖尿病はお互いに悪い影響を及ぼしているため、血糖コントロールのためにも歯周病治療は大切です。

当院では管理栄養士による栄養指導を行っています。ご希望の患者様は主治医にご相談ください。
(栄養指導は各保険の自己負担に応じた料金が必要となります)

