



ガン、糖尿病…全身の病気の予防に歯周病ケア 80%の歯周病は歯科衛生士と予防できる！

歯周病はガンや糖尿病などの病気と関係し、歯周病を予防することが全身の健康につながることを指摘されています。そこで、「藤沢歯科ペリオ・インプラントセンター」院長・雨宮啓先生に尋ねました。

「歯周病は予防することや進行を遅らせることができるものですか？」

「歯周病の進行には個人差があることが『スリランカ・スタディ』という研究により明らかにされ、約80%の人々はゆっくりと進行することが分かっています。そのため、歯科衛生士による定期的なメンテナンスや食事療法などで予防、症状の進行を防ぐことができます。受診頻度は3カ月に1回が目安でしょう」

「予防のポイントは何ですか？」

「歯周病の進行の目安に歯周ポケットの深さが

挙げられますが、3㎞以下と浅ければ安心というわけではありません。少し深くなっても出血しなければ慢性化する可能性がありますが、出血の多いポケットは歯周病が進行しやすいのです。なぜなら、歯周病の原因菌、P.g.菌は赤血球中のヘミン鉄が好物で、歯茎からの出血をエサに数千倍以上に増殖するからです。歯科医師の歯周病手術の目的は出血しない組織を作ることに、歯科衛生士のケアで出血を止めることができるれば、未病の状態でもとめることができます。だからこそ、日々のケアや食事を含めた生活習慣の見直しが大切です。歯周病を専門とする日本歯周病学会認定の歯科衛生士もいるので相談してみることでしょう」

☎0466268541
<http://www.fdic.jp/>