

ご存知ですか？



糖尿病と歯周病との関係

- 歯周病は糖尿病の慢性合併症のひとつです。
- 歯周病の治療を行うと血糖コントロールが改善し、糖尿病重症化の予防に繋がる可能性があります。
- 糖尿病の治療をされている方は、ぜひ一度かかりつけ医、かかりつけ歯科医、かかりつけ薬剤師にご相談ください！



公益社団法人
愛知県医師会



一般社団法人
愛知県歯科医師会



一般社団法人
愛知県薬剤師会

糖尿病になると 歯周病リスクがおよそ2倍に

- 実際に、**糖尿病になると歯周病におよそ2倍（1.2～2.6倍）かかりやすくなる**ことが分かっています※¹。
- また、糖尿病にかかっていると、歯周病がより重症化しやすいことも知られています。

※1：Nelson RG. et al. *Diabetes Care* (1990), Morita I. et al. *J Dent Res* (2012), Wang TT. et al *J Clin Periodontol* (2009) .

歯周病により 糖尿病が悪化する可能性がある

- 糖尿病は**喫煙と並んで歯周病の二大危険因子**です。また、歯周病は糖尿病慢性合併症の一つであり、互いに密接な関係にあります。
- 歯周病の細菌から出される毒素が歯肉を通して血管に入り、腫瘍壊死因子 α の産生を促進します。その結果、**血糖値を下げるインスリンの効き目を悪くし、糖尿病を悪化**させたり、糖尿病になりやすくなる可能性があります。

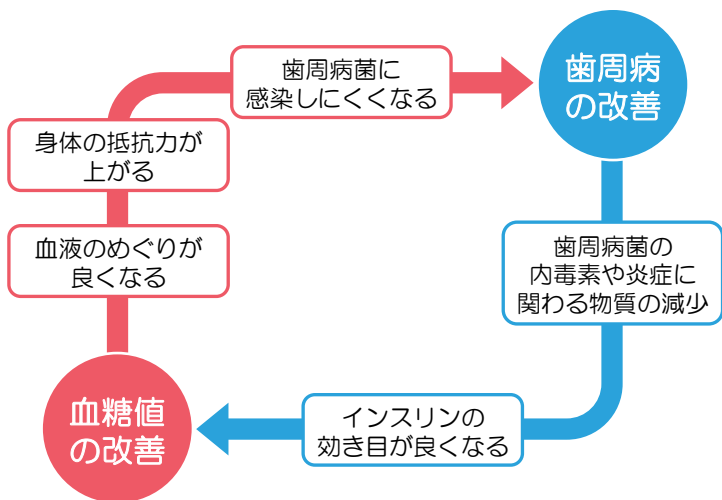
出所）厚生労働省、e-ヘルスネット
<https://www.e-healthnet.mhlw.go.jp/information/teeth/h-01-006.html>（2020年12月閲覧）より改変して引用

歯周病の治療が 血糖コントロール改善につながる

- 糖尿病患者に歯周治療を行うことは、血糖コントロールにも有効と考えられます。
- これまでの研究により、歯周病治療後4カ月で、**HbA1c^{※2}が約0.3%低下**することが分かっています^{※3}。

※2：HbA1c：糖化ヘモグロビンがどのくらいの割合で存在しているかを表す数値。過去1～2ヶ月前の血糖値を反映する。

※3：Simpson TC et al., Cochrane Database Syst Rev, 2015(11):CD004714, 2015



歯周病治療の効果

歯周病治療を行うと、下図のように口腔内の炎症がおさまり、血糖コントロールの改善にも有益と考えられます。

糖尿病＋歯周炎のある患者（40代）の歯周病治療例



歯周病**治療前**
歯科初診時

歯周 ポケット 平均	4.9 mm (炎症 ++)
PISA (歯周ポケット 炎症面積)	2291 mm ²
HbA1c	7.9 %
内服薬	ピオグリタゾン (インスリン抵抗性改善薬) トラゼンタ (DPP-4阻害薬) セイブル (α グリコシターゼ阻害薬) アムロジピン (Ca拮抗薬) など

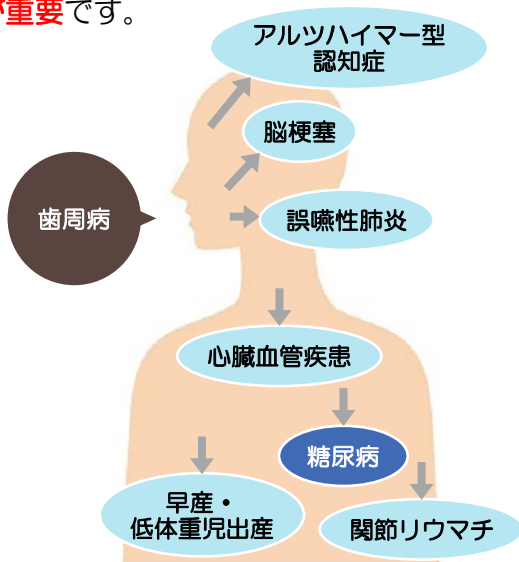


歯周病**治療後**
メンテナンス時

歯周 ポケット 平均	2.5 mm (炎症 -)
PISA (歯周ポケット 炎症面積)	91 mm ²
HbA1c	6.9 % (1.0 % ↓)
内服薬	トラゼンタ (DPP-4阻害薬) ボグリボース (α グリコシターゼ阻害薬) ミチグリニド (速効型インスリン分泌促進薬) アムロジピン (Ca拮抗薬) など

歯周病は糖尿病だけでなく さまざまな病気と関連します

- 歯周病の細菌や炎症物質は、腫れた歯肉から血管内に侵入し全身に回ります。
- その結果、全身疾患を悪化させたり、発症リスクを高める可能性があります。
- 特に、歯周病は糖尿病、冠状動脈性心疾患（狭心症、心筋梗塞）に影響を及ぼすことが分かっています。
- さまざまな疾患のリスクを減らし、健康的な暮らしを続けるために、歯周病の予防や早期治療を行うことが重要です。



あなたの歯周病リスクを

以下の項目のうち、あてはまるものにチェック！

- ☐ 歯ぐきに赤く腫れた部分がある。
- ☐ 口臭がなんとなく気になる。
- ☐ 歯ぐきがやせてきたみたい。
- ☐ 歯と歯の間にものがつまりやすい。
- ☐ 歯をみがいたあと、歯ブラシに血がついたり、すすいだ水に血が混じることがある。
- ☐ 歯と歯の間の歯ぐきが、鋭角的な三角形ではなく、うっ血していてブヨブヨしている。
- ☐ とくとき、歯が浮いたような感じがする。
- ☐ 指でさわってみて、少しグラつく歯がある。
- ☐ 歯ぐきから膿が出たことがある。

チェックしてみよう！

判定

チェックがない場合

これからもきちんと歯みがきを心がけ、少なくとも1年に1回は歯科健診を受けましょう。

チェックが1～2個の場合

歯周病の可能性があります。まず、歯みがきのしかたを見直しましょう。念のため、かかりつけの歯科医院で、歯周病でないかどうか、歯みがきがきちんとできているか、確認してもらったほうがよいでしょう。

チェックが3～5個以上の場合

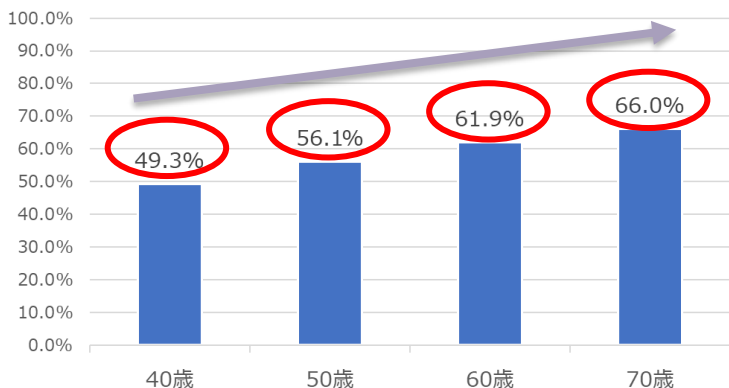
初期あるいは中等度歯周炎以上に歯周病が進行しているおそれがあります。早めに歯科医師に相談しましょう。

出所) (公財) 8020推進財団「歯周病セルフチェック」
<https://www.8020zaidan.or.jp/pdf/poster/8020check.pdf>
に基づき、作成

愛知県では、40代以上の成人のうち 半数以上が歯周病です

- 年齢が上がるほど歯周炎のある人の割合は増え、**40代でも2人に1人が歯周病**となっています。
- また、愛知県では歯周病の患者が年々増加傾向にあります。

進行した歯周炎のある人の割合
(令和2年度歯周疾患検診)



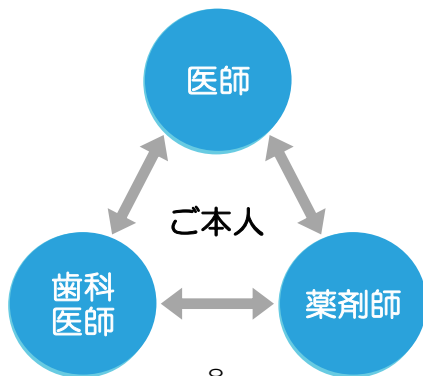
出所) 愛知県「愛知県の歯科保健データ集」

<https://www.pref.aichi.jp/soshiki/kenkotaisaku/0000013762.html>に基づき、作成

かかりつけの医師・歯科医師・ 薬剤師に相談しよう！

- 歯周病の心配がある人は、**かかりつけ医**や**かかりつけ歯科医**、**かかりつけ薬剤師**に相談しましょう。早期発見・早期治療により、歯周病・糖尿病の重症化を防ぐことができます。
- また、自治体の健診も受診しましょう。
- 糖尿病は、医師、歯科医師、薬剤師が連携して治療に取り組むことで重症化を防ぐことができる病気です。
- 医療機関や薬局に行くときには、かかりつけ医・歯科医から渡される「**糖尿病医科歯科連携情報提供書**」と、**糖尿病連携手帳・お薬手帳**をご持参ください。

糖尿病・歯周病の治療



あなたの街のお医者さん・ 歯医者さん・薬剤師さんを探そう

- 愛知県が提供する『**あいち医療情報ネット**』では、愛知県の病院・診療所・歯科診療所・薬局などの医療情報を検索することができます。
 - 「医療機関を機能から探す」の画面から、「診療科目」を選ぶと、該当する医療機関が表示されます。
例：歯科クリニックを探す場合は、「歯科」を選択
 - その他、地域名や地図、駅名でも検索することができます。
- 愛知県歯科医師会のホームページにある『**安心・安全なあなたの町の歯医者さん情報**』でも、郵便番号やエリアから歯科医院を検索することができます。

あいち医療情報ネット



あなたの町の歯医者さん情報



この二次元バーコードはアクセス解析のためにCookieを使用しています。アクセス解析は匿名で収集されており、個人を特定するものではありません。この機能はCookieを無効にすることで収集を拒否することができますので、お使いのデバイスのブラウザの設定をご確認ください。

あいち医療情報ネット



出所) あいち医療情報ネット
<https://iryojoho.pref.aichi.jp/>

愛知県歯科医師会「あなたの町の歯医者さん情報」



出所) 愛知県歯科医師会
<http://www.aichi8020.net/tooth/index.html>

愛知県では、 医歯薬連携による糖尿病重症化 予防に取り組んでいます

- 愛知県では、愛知県医師会、愛知県歯科医師会、愛知県薬剤師会の協力のもと、令和2年度から国保ヘルスアップ支援事業の一環として「医歯薬連携による糖尿病重症化予防モデル事業」に取り組んでいます。
- 今後もモデル事業の成果を活かし、取組を推進していく予定です。



お問合せ先