

(資料)

口腔ケアを実践して、メタボリックシンドロームを 予防しましょう

日本大学歯学部 衛生学教室
前野 正夫 教授



我々のこれまでの研究で、メタボリックシンドロームと歯周病に関連があることが明らかになりました。両者の関連性については、我々の研究を含めて、いくつかの報告がありますが、その因果関係までは明らかになっていませんでした。

今回、メタボリックシンドローム指標が全て基準値内の者を対象に検討を行い、歯周ポケットを保有していると、その後の4年間に、メタボリックシンドローム指標が陽性になるリスクが高いことが、初めて明らかになりました。

すなわち、口腔を健康に保つことは、メタボリックシンドロームの発症を抑制する可能性があることを意味しています。

歯周病になると、歯周病菌由来の^{ないどくそ}内毒素やその刺激によって自身の細胞が産生する炎症性サイトカインと呼ばれるタンパク成分が全身に運ばれ、全身疾患の発症や進行を促進すると考えられています。

したがって、歯周病を予防することは、メタボリックシンドロームの予防にも寄与する可能性があり、若いうちから口腔を健康に保つことが全身の健康を維持するためにも重要と考えられます。

全身疾患を予防し健康寿命をより長くするためには、自分の口腔状態に関心を持ち、歯周病予防を目的とした規則正しい口腔ケア（セルフケア&プロフェッショナルケア）を実践していただきたいと思っています。