

朝礼用原稿

10月号



愛鉄連健康保険組合から、「健康ニュース」と「ファミリー歯科健診」のご案内です。

◇◆油断大敵！全身に影響を及ぼす歯周病◆◇

食べるということは生きるために必要不可欠であり、食べるためには歯が必要です。だいたい20本以上の歯が残っていれば、硬い食品でもほぼ満足に噛めると言われています。歯をなくす原因の80%以上は虫歯または歯周病によるものです。また、歯周病は歯の病気であるだけでなく生活習慣病ともつながりがあります。歯科健診で健康な歯と体を手に入れましょう。

■歯周病の全身への影響■

① 狭心症や心筋梗塞、脳梗塞にかかりやすくなる

歯周病菌の刺激により動脈硬化を進行させる物質が分泌され、動脈硬化になりやすくなります。また、歯周病の人はそうでない人に比べ、1.15～1.24倍脳梗塞にかかりやすくなると言われています。

② 糖尿病にかかりやすくなる

「糖尿病」には網膜症・腎症・神経障害・末梢血管障害・大血管障害などの合併症があり、歯周病はこれらに続く第6の合併症と捉えられています。そのため、糖尿病患者の多くに重度の歯周炎が見られます。また、逆に歯周病菌が持つ毒素が、TNF α （ティーンエヌエフアルファ）という物質をたくさん作り、血糖値を下げるインスリンの働きを邪魔して、糖尿病にかかりやすくなります。

③ 早産や低体重児の原因になる

妊娠すると、女性ホルモンの影響で歯周病菌が増えやすくなります。歯肉の血管から侵入した歯周病原性細菌が血流に乗って子宮に達すると、子宮筋の収縮を引き起こして早産や低体重児出産になる可能性があります。歯周病にかかった妊婦さんに低体重児出産が起きるリスクは健康者の4.3倍になる言われています。

④ 高齢者は肺炎にかかりやすくなる

高齢者になると、飲み込む力が弱くなるため、歯周病菌を含んだ唾液が気管に入り、誤嚥性肺炎（ごえんせいはいえん）にかかりやすくなります。

◇◆歯科健診事業のご案内◇◆

愛鉄連健康保険組合では、歯科健診事業として、「ファミリー歯科健診」（日時場所指定の集団健診）と「院内歯科健診の補助」を実施しています。また、受診機会の充実を目的として当組合と契約する健診機関が事業所へ巡回して歯科健診を行う「巡回事業所歯科健診」を平成30年4月から開始しています。歯科は、歯みがきなどの日々のセルフケアと定期的な健診で防ぐことができます。症状が出る前に1年に1回は歯科健診を受けましょう。