

歯周病治療は健康へ通ずる

歯周病は、糖尿病特有の細小血管障害(腎症・網膜症・神経障害)、大血管障害(心筋梗塞・脳梗塞)に次ぐ慢性合併症と言われており、糖尿病の6番目の合併症とも言われています。

糖尿病と歯周病の深い関係



あなたは知っていますか？



歯周治療後の糖尿病データの改善

歯周病の治療を行った結果、糖尿病の状態を表す数値も改善

患者A ◆ HbA1c □ 歯周ポケット
患者B ▼ HbA1c □ 歯周ポケット

(鹿児島大学病院歯周病科提供)

HbA1c

赤血球の中に含まれるヘモグロビン(血色素)に糖(グルコース)が結合したもので、過去1~2か月間の平均的な血糖コントロール状態を推測できます。糖尿病の確定診断の指標となったり、病気の経過を観察するのに役立ちます。



- 糖尿病の患者さんは、糖尿病でない人と比べて歯周病にかかりやすく、より進行しやすい。
- 血糖コントロールが悪いと、歯周病が進行するリスクが高まる。

糖尿病の患者さんは、歯周病を悪化させることが多いとわかっています。糖尿病予備軍の人や、糖尿病の人は歯周病の治療をしないと、ますます糖尿病が悪化してしまう可能性がありますので、歯科医院での歯周病検査をお勧めします。



鹿児島県・鹿児島県歯科医師会・鹿児島県医師会・鹿児島県栄養士会・鹿児島県歯科衛生士会

もしかして？ あなたは糖尿病？ 歯周病？ 今すぐチェック！ 裏面へ

歯周病 チェック

	チェック項目	○	点数
1	朝起きたとき口の中がねばねばする		1
2	口臭があるとされたことがある		1
3	食事のあと、歯の間にものがはさまる		2
4	歯肉から出血することがある		3
5	歯肉がはれることがある		4
6	ぐらつく歯がある		5
7	あまり歯磨きをしない		1
8	タバコをよく吸う		1
9	歯科医院には歯が痛いときしか行かない		1
10	ストレスを感じることが多い		1
11	糖尿病にかかっている		1
12	骨密度が低いと言われたことがある		1

合計点数の評価



0点
今は歯周病の心配はありません。しかし、油断禁物。歯周病のごく初期には自覚症状がありません。歯みがきを欠かさず、定期的に歯科でチェックを受けましょう。
1~4点
歯周病になっているか、なりやすい要因をもっています。歯みがきと定期的な歯科検診を忘れずに。
5~9点
歯周病にかかっている可能性大。歯科を受診して下さい。歯みがきもしっかり行いましょう。
10点以上
歯周病がかなり進行している可能性があります。必ず歯科を受診し、毎食後ていねいに歯をみがいて下さい。

糖尿病 チェック

定期検診を1年以内に受けましたか？（はい・いいえ）

<input type="checkbox"/> 全身がだるい
<input type="checkbox"/> 疲れやすい
<input type="checkbox"/> とても喉がかわく
<input type="checkbox"/> おしっこの回数が増えて、量も多い
<input type="checkbox"/> 尿のにおいが気になる
<input type="checkbox"/> このごろ太ってきた
<input type="checkbox"/> 食欲がありすぎていくらでも食べられる
<input type="checkbox"/> 甘いものが急にほしくなる
<input type="checkbox"/> 食べても食べてもやせる
<input type="checkbox"/> ちょっとしたやけどや傷の痛みを感じない
<input type="checkbox"/> 手足がしびれたり、ピリピリする
<input type="checkbox"/> おしっこが出にくく、出しても残った感じがする
<input type="checkbox"/> 足がむくむ、重くなる
<input type="checkbox"/> 肌がかゆい、かさつく
<input type="checkbox"/> 視力が落ちた気がする
<input type="checkbox"/> 立ちくらみがある
<input type="checkbox"/> 家族や親戚に糖尿病の人がいる
<input type="checkbox"/> 「検尿で糖が検出された」といわれた

判定の目安

糖尿病のある場合に起きる症状です。これらの症状があれば一度検査を受けましょう。

- 疲れやすい
- のどが乾く
- トイレが近くなる
- 尿量も多くなる
- いくらでも食べれる
- 妙にやせてくる
- 怪我が化膿しやすい
- 目が見えにくい
- 手足がしびれる
- 足が冷たい
- 立ちくらみ
- 足がむくむ
- こむら返り
- 運動時の胸痛
- 物忘れが激しい
- 長時間歩くと足が痛くなる