

21PO-am255

歯の健康に及ぼすリスクの解明と生活習慣病予防に向けての対策

○鐵 千晶¹, 高石 雅樹¹, 浅野 哲¹ (¹国際医福大薬)

【目的】身近な口腔疾患である虫歯には、幼少期の生活習慣が影響していることが報告されており、口腔疾患と生活習慣は密接な関係にあると考えられる。一方で、生活習慣の乱れは様々な生活習慣病の発症を引き起こす。そこで本研究では、歯の健康に影響を与える要因を調査し、口腔内環境の視点から生活習慣病予防に向けての対策について検討した。

【方法】歯の健康や口腔内環境・口腔疾患と生活習慣病の関連性に関する文献を基に、生活習慣病予防に向けての対策について考察した。

【結果・考察】代表的な口腔疾患である虫歯の発症には、幼少期の生活習慣が影響していることが報告されている。特に、子供と一緒に過ごす時間が多い母親は間食を過剰に与える傾向にあることから、母親からの影響を強く受ける傾向にあると考えられる。また、食事時刻や間食の有無などの食生活による影響も大きく、虫歯に罹患しにくい環境を作るには生活習慣を良好に保つ必要があると考えられる。口腔内環境と生活習慣病には関連があることが報告されている。これは、生活習慣病を有している場合、全身の慢性炎症レベルが高くなり、歯周組織にも炎症が起りやすくなるためと考えられている。口腔内環境は歯周組織状態で評価する 경우가多く、歯周ポケットの深さが浅いほど生活習慣病を持たない者の割合が高い。また、歯周組織状態が不良であると血糖値が上昇しやすいことや、BMIが高いほど歯周病罹患の相対危険度が有意に増加することも報告されている。

以上の事から、口腔疾患は生活習慣と関連することが多く、口腔内環境を良好に維持することは虫歯をはじめ様々な生活習慣病の予防として有効であると考えられる。