

歯が抜けたまま放っておいて、歯は命に関係ないと思っているあなたへ

沢山の歯が抜けている人にとって衝撃的事実になりますが、喪失歯 0～4 本のグループと、喪失歯 15～28 本グループでは、死亡率 1.8 倍になります。歯周病菌は、口の中に潜む小さな殺し屋だと思って下さい。

動脈硬化の部位には、歯周病原性細菌が増殖しているのが発見されており、細菌性心内膜炎も、歯周ポケット内の細菌が白血球を破壊してしまう外毒素を出して白血球に殺されずに弁膜まで流れてへばりつき、心内膜炎を起こしてしまうのです。

実際、歯周病にかかっている人ほど、動脈硬化による心臓疾患が多くなるということは、統計的にも出ており、心筋梗塞 1.5 倍、虚血性心疾患 2.2 倍、心臓発作 2.8 倍と、健康人に比べて確率が高くなります。

その他、歯周病が関与していると言われているものには、糖尿病、骨粗しょう症、胃潰瘍、低体重児出産、アトピー性皮膚炎、肺炎と多くの病気が関わっているのです。

歯が抜けたままの人に、次に考えられる問題は、噛み癖ができてしまうことです。同じ側ばかりで噛んでいると、その同じ筋肉を鍛えてしまい、発達していきます。筋肉だけでなく、顎の骨も発達し、顔の形、目、鼻、唇、頬、すべてが、使った通りに素直に、あなたの顔を作り上げていきます。顎関節では、咀嚼側の関節頭が明らかに大きくなります。

咀嚼していない歯は、歯に汚れが残り虫歯になりやすくなり、噛む刺激が顎の骨に伝わらないので顎の骨が緊密な硬い組織にならず、さらに歯周病になりやすくもなるのです。

身体というものは、本来そうあるべき状態で正しく使ってあげないと、部品を交換できる器械と違って、加速度的に老化していきます。

咀嚼の仕方、姿勢の正しさ、歩き方、食生活、運動など、体にとって正しい基本を忘れないようにしてあげないと、小さな積み重ねが、大きな病を作ります。やはり、病気のすべては生活習慣病にあると言ってよいでしょう。

歳が行ってから後悔しないよう、
よい習慣を身につけたいものです。

小山悠子略歴

1977 年(昭和 52 年) 日本大学歯学部卒業

医療法人社団明徳会福岡歯科勤務

2011年(平成23年) 医療法人社団明悠会サンデンタルクリニックを設立。
理事長就任。

統合医療の新しい考えをもとに、痛くない怖くない東洋医学的療法を取り入れた歯科治療と、女性ならではのこまやかな心配りが、患者さんに喜ばれている政財界、芸能界、文化人の有名患者さんも多い。

医学博士

日本歯科東洋医学会常任理事・認定医・専門医

日本統合医療学会代議員・指導医

愛知学院大学歯学部講師

東京商工会議所女性会理事