

認知症を予防!?



こんにちは。すこやか歯科クリニック院長の山田です。

認知症とお口の健康の関係が注目されています。両者の関係は、実は以前からさまざまな調査・研究が行われてきました。お口の健康は認知症にどのような影響を与えるのでしょうか？ いくつかの説をご紹介します。

歯周病の人は認知症になりやすい？

認知症には、いくつかの種類があります。代表的なものが「アルツハイマー型認知症」「脳血管性認知症」「レビー小体型認知症」「前頭側頭型認知症」といったものです。アルツハイマー型認知症は、脳の神経細胞が変性して脳が萎縮するタイプの認知症で日本人に最も多いのが、このタイプとされています。

4大認知症

- アルツハイマー型認知症
- 脳血管性認知症
- レビー小体型認知症
- 前頭側頭型認知症

歯周病が認知症を引き起こす仕組み？



認知症との関連を疑われているのが歯周病です。2020年にアルツハイマー型認知症の原因物質である「アミロイドベータ (Aβ)」などの異常なたんぱく質の脳内への蓄積を、歯周病菌が促進させていることが解明されました。研究チームの九州大学の武洲准教授は「歯周病菌が、異常なたんぱく質が脳に蓄積することを加速させてしまうことが明らかになった。歯周病の治療や予防で、認知症の発症や進行を遅らせる事ができる可能性がある」と話しています。

歯周病予防には？

このような研究から、歯周病の治療や予防が認知症予防につながる可能性が高いことがわかってきました。歯周病の予防にはなんと言っても毎日の歯みがきが重要です。歯ブラシでの歯みがきはもちろん、歯間ブラシやデンタルフロスを用いて歯垢をしっかりと除去しましょう。加えて、定期的に専門的な口腔ケアを受けることも大切です。バイオフィルムや歯石といった歯の汚れは歯みがきでは除去することができず、放置しておくことが歯周病の原因になってしまうからです。

また、歯周病になっていたとしても早期の治療で改善は見込めますし、その分、認知症のリスクも減らすことができます。歯周病は末期になるまで症状が出ないことも多い病気なので、特に自覚症状がなくても定期的に検診を受けることは重要です。



すこやか歯科クリニック

訪問歯科診療の申込み・ご連絡はこちらより

〒263-0054千葉市稲毛区宮野木町107
0-2 コーポサンフラワー103

TEL: **050-5372-7406**

FAX: **043-386-4018**

