



本康歯科ニュース



世界中のどの歯医者に行くよりも、この歯医者に来て良かった！！」と思ってもらえる歯科医院をめざして！

30代以上の血糖コントロール不良が下顎大臼歯の損失に影響

30代以上で血糖コントロールが悪い人ほど歯数が少なく、高血糖と喫煙により歯の喪失リスクが高まることを明らかに。また血糖値が高い人が歯周病やう蝕の予防と治療を十分に行うことの重要性も示唆された。

研究グループは、20歳から74歳までの男女約23万人を解析

対象者をHbA1c値によって5段階、空腹時血糖値（FPG）によって3段階に分け、10歳階級ごとに歯の本数を比較した。さらに中年期（40-59歳）の対象者は、高血糖と喫煙条件の組み合わせで4群または6群に分け、正常血糖かつ喫煙なしの群を対照とした、歯数が24歯未満となる性年齢調整オッズ比を算出した。HbA1cや空腹時血糖値が高いほど歯数が少ない30代以上の各年代で、HbA1cや空腹時血糖値が高い群ほど歯数が少ないという連続的な関係性が示された。また40-60代においては、糖尿病型だけでなく、糖尿病予備群も、正常血糖群に比べて歯数が少ないことが判明した。高血糖と喫煙で歯の喪失リスクが増加。

中年期において、高血糖と喫煙の条件がそれぞれ単独で該当する群は、両条件とも該当しない群に比べてオッズ比が高く、歯の本数が24未満になるリスクが高いことが示され、両条件が重なる群では、さらにリスクが高いことが明らかになった。

血糖コントロール不良で下顎大臼歯の喪失リスクが増加

HbA1c高値群は、低値群と比べて多くの部位の歯を失っていた。その中でも、下顎大臼歯を失った人の割合に大きな差があることが判明した。糖尿病予備軍でも歯周病やう蝕の予防が重要

厚生労働省が推進する「健康日本21（第二次）」の目標項目には「血糖コントロール指標におけるコントロール不良者の割合の減少」と「60歳で24歯以上の自分の歯を有する者の割合の増加」が掲げられている。

今回の研究によって、糖尿病だけでなく、血糖値が上がりはじめた糖尿病予備群の人においても、歯周病やう蝕に対して積極的な予防と治療を行い、歯の喪失を防ぐことの重要性が示唆された。

歯をできる限り残し、いろいろな食べ物をしっかり噛んで食べることは、全身の健康維持に寄与する。そのため、良い生活習慣を心がけるだけでなく、定期的な歯科受診によって口腔内も健康に保つことが、健康寿命を伸ばす秘訣と言えるだろう。

歯にまつわる 日本語アレコレ



このコーナーでは、“歯”にまつわる慣用語や熟語、かんようく じやくご こじ 故事、ことわざなどの意味や由来などをご紹介します。

は 「歯がゆい」

思い通りにいかない時、歯がゆい思いをすることはよくありますよね。この「歯がゆい」という言葉の由来には諸説あるようです。まず1つ目は、乳歯から大人の歯に生え変わる時、歯ぐきがムズムズして早く生えてきてほしいのになかなか生えてくれない、この思い通りにならない様子が「歯がゆい」という言葉につながったという説。そして2つ目が、歯がかゆくなった時、歯をかいても解消されることはないから来ているという説。歯がかゆくなることはあまりありませんが、この「どうしようもない状況」のたとえとして、「歯がゆい」が使われるようになったのではないかと説もあります。皆さんが最近感じた、歯がゆい思いは何でしたか？

