

歯周病と〇〇の意外な関係!?

歯周病は、皆さんがよく知っているある病気と深い関わりがあります。それは糖尿病です。歯周病菌から出る毒素が、インスリンを作りにくくする物質をたくさん作ってしまいます。さらに歯周病の炎症が血糖値を下がりやすくし、糖尿病のコントロールが難しくなるという悪循環に陥ります。歯周病は神経障害、糖尿病網膜症、糖尿病腎症等続く、糖尿病の合併症のひとつです。糖尿病の人は歯周病になりやすく、歯周病がある人は血糖値が高くなりやすいのです。裏を返せば、歯周病を治療すれば血糖コントロールが改善する見込みがあるということです。そのため、糖尿病の治療には、かかりつけ歯科医と連携することが重要です。

糖尿病のほか、誤嚥性肺炎も歯周病が関連しています。普通は胃の中へ入っていく食べ物や飲み物、唾液などが、間違っって肺に入ることを誤嚥といいます。このときに細菌が肺に入ると、誤嚥による肺炎を引き起こしてしまいます。肺炎はがん、心疾患に続き、死因の第3位となっていますが、その原因の多くは誤嚥によるものです。そのため、誤嚥性肺炎の予防には、口腔内の細菌を減らすことが大切です。



歯周病は糖尿病や誤嚥性肺炎など、全身の病気に関係します。セルフケアだけでは限界があるので、歯周病予防のための口腔ケアのほか、早期発見のために定期的（半年～1年に1回）に歯科検診を受けるよう心がけてください。

健康ましゅが

第222回

「誤嚥とは・・・」



8月の健康カレンダー

●乳幼児・児童に関する行事

子育て教室	30日(木)	保健福祉総合センター	10:00~11:30
乳幼児予防接種	7日(火)	町立幌加内診療所	15:00~16:30
	14日(火)		
	21日(火)		
	28日(火)		

●成人・老人に関する行事

胃・大腸がん検診	20日(月)	朱鞠内老人クラブ	6:00~7:00
		母子里コミュニティセンター	8:30~9:00
特定健康診査 ・30代健康診査 結果報告会	21日(火)	保健福祉総合センター	6:00~9:00
	24日(金)	沼牛生活改善センター	9:30~10:30
		政和コミュニティセンター	13:30~14:30
	27日(月)	保健福祉総合センター	9:00~16:00
	28日(火)		
老人健康相談	1日(水)	母子里老人クラブ	10:00~11:00
	6日(月)	政和老人クラブ	10:00~11:00
	9日(木)	添牛内老人クラブ	10:00~11:00
	10日(金)	幌加内老人クラブ	9:00~10:00
	29日(水)	朱鞠内老人クラブ	10:00~11:00



幌加内町では8月にエキノкокクス症検診を行います。検診を希望される方は、事前に町立幌加内診療所(35-2321)に予約をしてから受けられますよう、よろしくお願いいたします。

【対象者】：小学3年生以上の幌加内町に住所のある方

【検査内容】：血液検査(検査料金は無料です)

【実施日】：町立幌加内診療所 8月1日～8月31日
(火曜日以外の平日で、午後2時～午後4時30分)
各診療所 8月平日の各診療日・診療時間