



歯の喪失予防について

高齢化社会と言われて久しい日本の社会ですが、政府の統計によると今後高齢化社会はますます深刻化して行くと言われていています。

高齢化社会に伴って認知症の高齢者の数も増加していき、2012年の時点で462万人と推計されています。これは高齢者の約7人に1人が認知症ということになります。

さらに、2025年には、700万人前後、つまり高齢者の5人に1人が認知症の症状が現れると言われてています。

これから先、認知症は誰にとっても身近なものになると考えられます。

認知症は完治することが難しく、むしろ悪化していくことが多い傾向にあるため、予防が重要となります。

口の健康を保つことにより認知症予防に効果があることが様々な研究により明らかになってきています。

認知症の方は健常な方に比べて虫歯や歯周病を罹って歯を失ってしまう方が多いといわれています。

歯の数が少なくなったり、入れ歯を使用しないことが原因で食べ物を噛むことができなくなると、脳への刺激が少なくなり、認知症になる可能性が高くなることも分かっています。

食事の面でも、噛みづらい生野菜を避け、ビタミン等の栄養が不足することも認知症のリスクを高めることも知られています。

歯周病とは、歯に付着した歯垢（プラーク）の中の細菌によって歯肉に炎症をひき起こし、やがては歯を支えている骨を溶かしていく病気のことです。結果的に歯を失う一番の原因となります。歯垢（プラーク）は取り除かなければ硬くなり、歯石と言われる物質に変化し歯の表面に強固に付着します。これは歯磨きだけでは取り除くことができません。この歯石の中や周りに更に細菌が入り込み、歯周病を進行させる毒素を出し続けます。

最近の研究では歯周病菌がアルツハイマー型認知症に関与している可能性があることが分かってきました。研究によると歯周病患者の歯茎に生じたアミロイドβが血管を通して体内に侵入し、その後、脳内に蓄積されて記憶障害などを引き起こす可能性があるということです。

歯周病の予防には、正しい歯みがきと私たち歯科衛生士による専門的なクリーニングとメンテナンスが必要となってきます。一度ご相談下さい。

