

口腔内細菌とがん

全身疾患を引き起こす口腔内細菌。定期的に歯科医院で検診を受け、口腔内を清潔に保ちましょう！ 健保では無料歯科検診が可能です。詳細はHPまで。シリーズ「歯周病」「ドライマウス」も併せてご確認ください。

◆口腔内細菌と全身疾患

私たちの口の中には、約700種類の細菌が生息しています。歯垢はこれらの細菌の塊で、1g中に1000億個の細菌がいると言われています。食べ物や唾液を飲み込むと胃や腸に流れていき、口腔内細菌もこれらとともに胃や腸内へ入り込みます。また、歯周病菌は腫れた歯肉から容易に血管内に侵入し全身に回ります。口腔内細菌の病原性（体に悪く働く性質）はとても弱く、唾液の洗浄・抗菌作用と毎日の歯磨きによって細菌数は抑えられています。しかし加齢や病気で免疫力が低下していたり、口腔清掃が不十分だったり、歯周病になっていたりとすると、口腔内細菌が増加していろいろな疾患を引き起こします。



2012年の愛知県がんセンター研究所の行った疫学調査では、口腔内細菌が多いと、がんの危険性が2.5倍になると発表しています。その他にも誤嚥性肺炎、心筋梗塞、脳梗塞、糖尿病の悪化等が多くの研究から明らかになっています。また、免疫力が落ちていても、口腔内細菌を減らせば全身の状態を確実に良くできることがわかっています。

◆歯周病とがんとの関わり

歯周病は、口腔内細菌によって歯茎に炎症が起きる病気です。歯周病が歯の健康だけでなく、心筋梗塞や脳卒中の発症にも関連していることは以前より知られていましたが、近年がん発症リスクと歯周病との関連性も指摘されています。口腔がんや食道がん、頭頸部がんなどの口の近辺だけではないこともわかってきました。

2007年のハーバード大学の研究報告では、歯周病の人はそうでない人に比べて膵臓がんの発症リスクが64%も高いという結果が示されました。重篤な歯周病がすぐに膵臓がんにつながりわけではないのですが、歯周病による炎症ががん細胞の形成を促進している可能性があるとしています。また、2015年12月のハッファロー大学の報告では、歯周病の人はそうでない人に比べて14%も乳がんの発症率が高かったことが示されました。循環器系に入り込んだ歯周病の細菌が乳房の組織に影響を与えていると推察されています。さらに、2018年6月の横浜市立大学の研究では、4割以上の大腸がん患者の唾液と大腸がん組織で共通の歯周病菌細菌を発見したと報告されました。この結果は、口腔内の歯周病菌が大腸がんの発がんに関与していることを示唆しています。

◆歯周病を予防するために

歯周病予防で大切なことは、プラークと歯石を取り除くことです。歯ブラシによるブラッシングだけでなく、歯間ブラシやデンタルフロスなどの併用が必要です。また口腔内の健康のために、定期的な歯科検診を受けることも大切です。不十分な歯みがきだけでなく、歯並びなど口の状態が歯周病の原因となることがあります。女性の場合、妊娠や閉経前後はホルモンレベルが変動し、歯茎が炎症を起しやすい状態になります。その他、喫煙や口呼吸や糖尿病などの人も、歯周病になりやすいといわれています。

歯のためだけでなく、がんや各種疾患の予防のためにも、毎日の歯みがきと定期的な歯科検診でプラークや歯石の蓄積を防ぎ、歯周病をしっかり予防しましょう。

