

あなたのお口の中は大丈夫？

食事に気をつけても、運動に励んでも、血糖値が下がらない！
それって、悪いのはあなたではなく、**歯ぐき**かもしれません！

いくらカロリー制限を守っても、適度な運動に励んでも、血糖値が改善しない。そんなときは歯周病の可能性も疑ってみて下さい。なぜなら歯周病が悪化すると、血糖値を下げるインスリンの働きが悪くなり、血糖コントロールがうまくいかなくなるからです。糖尿病で高血糖状態が続くと歯周病を進行させる原因にもなります。



お互いに影響します

糖尿病と歯周関係

1. 糖尿病の人は歯周病の罹患率が糖尿病でない人に比べて**2倍強**の頻度歯周病がより重症化しやすく、歯周病の罹患率が高い
2. 血糖コントロールがよくない人は歯周病がより重症化しやすい
3. 歯周病が重症化している人ほど血糖コントロールがよくない
4. 糖尿病の人が歯周病をしっかり治療すると**HbA1cが改善する**

歯周病の症状がないかチェックしましょう！

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> 歯磨きのときに歯ぐきから血が出る | <input type="checkbox"/> 歯ぐきが腫れることがある |
| <input type="checkbox"/> 歯と歯の間にもものがはさまる | <input type="checkbox"/> 口臭が強いと言われたことがある |
| <input type="checkbox"/> 歯が浮いた感じがする | <input type="checkbox"/> 歯がぐらぐらする |

歯周病の症状がある人や虫歯のある人は、すぐに歯医者さんに受診しましょう！

症状のない人も、かかりつけの歯医者さんをもって定期健診や予防処置を受けましょう！

次号（2月版）は、薬剤師からのお話です。

糖尿病瓦版

平成二十六年十二月版（隔月発行）
春日井市民病院
糖尿病療養指導グループ発行

担当
看護師