

「糖尿病の人は、歯周病になりやすい！」

「糖尿病と歯周病の相関関係」 歯周病は糖尿病の合併症の一つ

平成二十六年国民健康・栄養調査によると糖尿病を強く疑われる人が約1,550万人、糖尿病の可能性を否定できない人が約1,560万人、合わせると約3,110万人（日本人の約1/4）いると推計されます。

糖尿病の人が歯周病になりやすいことは以前からよく言われていたことですが、両者の相関関係を明確な数字とともに示すのはなかなか大変な面がありました。ひと口に糖尿病といっても病状に大きな幅があること（糖尿病のタイプや血糖コントロールの良し悪しなど）や、歯周病自体が罹患率の高い病気であるために病気の進行レベルまで含めて詳しく調べないと差を比較しにくいといった理由からです。

しかし、これまでに行われてきた疫学的調査研究から糖尿病と歯周病の相互関係について以下のようなことがわかっていきます。

【1】糖尿病の人は歯周病の罹患率が高い
調査によって多少の差はありますが、糖尿病でない人に比べて2倍強の頻度で歯周病が起き

やすくなるとの報告がみられます。

【2】糖尿病の人は歯周病がより重症化しやすい

糖尿病の人では歯周病の罹患範囲（歯周病の本数）や、歯周ポケット（歯と歯ぐきの間にできるすき間）の大きさなど、歯周病の重症度を示す値が糖尿病でない人より高いことがわかっています。

【3】糖尿病の罹病期間が長い人ほど、歯周病の罹患率が高い

糖尿病では罹病期間が長くなるほどいろいろな合併症が起きやすくなりますが、歯周病も同じ傾向がみられます。ただし、これは加齢の影響も少なくないと考えられます（糖尿病の罹病期間が長いということは、それだけ高齢であると考えられ、歯周病の罹患率も自然に高くなる）。

【4】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

血糖コントロールがよくない人ほど合併症の進行が早くなりますが、歯周病も同じ傾向がみられます。

【5】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

進行した歯周病がある人ほど血糖コントロールが悪化しやすく、ほかの合併症の発病率が高いという報告もあります。

【6】歯周病の人は糖尿病の罹患率が高い

歯周病の人は歯周病でない人よりも、糖尿病の罹患率が約2倍高いとの報告があります。

【7】歯周病の人は糖尿病でないとしても糖尿病予備軍であることが多い

【6】と同じ調査から、歯周病がある人はたとえ糖尿病と診断されるほどの高血糖ではないとしても、血液検査でHbA1c（過去1〜2カ月間の血糖値の平均を表す検査値）が高い人が多いことが示されました。つまり、「糖尿病予備軍」の頻度が高いということです。

【8】糖尿病の人が歯周病をしっかりと治療するとHbA1cが改善する

慢性感染症である歯周病に対して徹底的な治療を行うと、血糖コントロールが改善することがわかっています。また、それとは逆に、血糖コントロールが悪いと歯周病の治療だけ進めても歯周病がなかなかよくなりません、従来からよく言われています。以上のことから、糖



