

気がつけばもう 12 月、今年もあと一ヶ月ですね。街にはイルミネーションが光り輝き、店頭にも赤・緑・金色のクリスマスカラーの華やかな飾りが並んでいます。

サンタクロースといえば赤い衣装がトレードマークですが、皆さんはなぜサンタクロースが赤い服を着ているかご存知ですか？サンタクロースは 4 世紀頃に実在した守護聖人・聖ニコラスの伝説が起源とされており、1800 年頃にはクリスマスに欠かせないキャラクターとして知られていました。しかし、その起源については様々な説が語られていて、服の色も青や紫、緑など国によって様々な姿をとっていたそうです。1931 年にザ・コカコーラ・カンパニーが、クリスマスキャンペーンで、真っ白な髭をたくわえ、赤い衣装を着た太ったおじさんの広告を作ったところ、その明るく優しいようなイラストが人々の心を捉え、世界中に広がり、今のサンタクロースのイメージが定着したそうです。

クリスマスには、沢山のご馳走やケーキが並びお宅も多いかと思います。食事の後は歯磨きを忘れずに！また、年末年始、綺麗な口で過ごせるように、歯科検診におこしください。



R4 年 12 月 30 日～R5 年 1 月 3 日は、
年末年始のため休診いたします。



こんにちは！歯科衛生士の堂元です。12 月になって風が冷たくなってきましたね。

11 月の初めに両親が実家の長崎から福岡に遊びに来てくれたので、福岡めぐりをしてきました！

愛犬も一緒だったのでペットも一緒に楽しめる場所をあらかじめ調べて行ってきました！

愛犬は 15 歳で人間だと 70 歳くらいになるのですが、ドッグランではのんびり歩き回って楽しんでいるようでした。まだまだ長生きしてほしいなと思います！お昼ご飯では、最高に美味しいオムライスを食べました！牡蠣小屋にも行くことができたのでとても充実した休日になりました。（歯科衛生士 堂元 涼花）



歯周病は糖尿病の合併症？

★糖尿病とはどんな病気？

糖尿病は、血糖値を下げる働きをする「インスリン」というホルモンの分泌が少なくなったり、作用が低下したりすることで血糖値が高くなる病気です。高血糖状態が慢性化、長期化することで血管が傷つき、将来的に心臓病や、失明、腎不全、足の切断といった、より重い病気（糖尿病の慢性合併症）につながる恐れがあります。また、著しく高い血糖は、それだけで昏睡（こんすい）などをおこすことがあります。

糖尿病には1型と2型があり、遺伝でかかりやすい体質や、免疫の異常で発症するケース、別の病気や薬が原因で発症するケース、食べ過ぎや生活習慣から発症するケースなど、かかる原因は様々です。特に、生活習慣が原因でかかる2型糖尿病は全体の9割以上を占め、近年増加の一途をたどっています。なんと日本人の5~6人に1人が糖尿病か、その予備群とされています。

★糖尿病と歯周病の関係

「歯周病は糖尿病の第6番目の合併症」と言われています。このふたつの病気にはどのような関係があるのでしょうか？



歯周病は、歯肉（歯ぐき）や歯槽骨（骨）など歯を支える歯周組織が、細菌による炎症で破壊されて歯を失っていく病気です。日本人の約80%の方がかかっているとされます。歯周病になった歯周ポケットの中は見えませんが、歯磨きで出血するとき、炎症の大きさは手のひらくらいのサイズになっています。この大きな傷口が手当されずに露出し、出血や膿が治療なしで放置され、歯周病菌が血液を介して体に流れ込んでいく、と聞くと深刻さがイメージできると思います。血管から歯周病菌が流れ込むと、血液内に炎症性サイトカインという物質が増え、インスリンの働きを悪くし、糖尿病の血糖コントロールが難しくなって糖尿病を発症します。歯周病は糖尿病だけでなく、多くの疾病を引き起こす怖い病気です。

糖尿病の患者さんは、細菌に対する抵抗力や組織の修復力が低下し、口腔内の乾燥等が生じるので、歯周病になりやすく悪化しやすくなります。このため、糖尿病の患者さんが歯周病になると、どちらの病気も悪化していくという負のスパイラルが起きてしまいます。

★糖尿病予防はお口から！

糖尿病も歯周病も、初期は自覚症状がないため、放置してしまうことで進行します。

歯周病の予防には、かかりつけの歯科医院をもち定期的に通院することが大切です。また、糖尿病の予防には、毎年健康診断を受けて血糖値をチェックし早期発見に努めることが大切です。

糖尿病で歯周病を発症している場合は、歯周病の治療で糖尿病が改善することが知られていますので、できるだけ早く治療を開始しましょう。

よしだ歯科医院

福岡市早良区賀茂 3-2-36

TEL092-865-8060

<http://www.denter.com/yoshida>

