

FRI DAY ★プレゼントつき
フライデー 3月10-17日号
読者アンケート

応募方法
下のアンケート回答用紙にご記入のうえ、ハガキにしっかり貼りつけて、〒112-8001 東京都文京区音羽2-12-21 講談社「フライデー・アンケート」係までお送りください。
締め切り=2017年3月8日(当日消印有効)

賞品
抽選で現金1万円を5名様に、オリジナルクオカード(1000円分)を10名様にさしあげます。
(1万円の高額賞はこの場で発表します。図書カードの高額賞は賞品の発送をもってかえさせていただきます)

アンケート
A...年齢(算用数字で)
B...性別と配偶者の有無
1=男性・配偶者あり
2=男性・配偶者なし
3=女性・配偶者あり
4=女性・配偶者なし
C...職業
1=会社員 2=自営業 3=公務員
4=学生 5=主婦 6=その他

D...普段からよく読む新聞・スポーツ新聞は?(2つ)
1=朝日新聞 2=読売新聞 3=日経新聞 4=毎日新聞 5=産経新聞 6=東京新聞 7=聖教新聞 8=スポーツ報知 9=日刊スポーツ 10=スポーツニッポン 11=デイリースポーツ 12=サンケイスポーツ 13=東京中日スポーツ 14=東京スポーツ 15=日刊ゲンダイ 16=夕刊フジ 17=新聞を読まない 18=その他

E...お買いになるきっかけとなった記事
目次タイトルのページ数から3つ選んでお答えください

F...ご覧になって、内容がよかった記事
問Eと同様、目次タイトルのページ数から3つ選んでお答えください

G...ご覧になって、期待はずれだった記事
問E、Fと同様、目次タイトルのページ数から3つ選んでお答えください

H...本誌をひと月に購入する頻度(1~4回)
I...よく読む雑誌は?(誌名を回答欄にお書きください)

回答用紙(3月10-17日号)

A	B	C	D	E
F	G	H	I	



内視鏡とモニターを用いた最先端の治療法を披露する二階堂氏。肉眼では見えにくい歯も除去

関連も指摘されている。かつて歯周病は「歯槽膿漏」と呼ばれていた。高齢者に多い印象があるが、先の厚労省の調査では、10~20代の若者の50~70%が歯茎に何らかの問題を抱えていた。「虫歯になりにくい人は歯周病にならない」と言われるが、これも誤った解釈。菌の種類が違うため、虫歯予防だけでは不十分なのだ。歯周病菌は現在わかっているだけで10種類ほどあるが、重症化をもたらすのが、P・B(ポルフィロモナス・ジンジバリス)菌だ。空気が嫌いな嫌気性菌で、歯と歯茎の隙間の奥深くに潜んで、知らないうちに増殖してゆく。

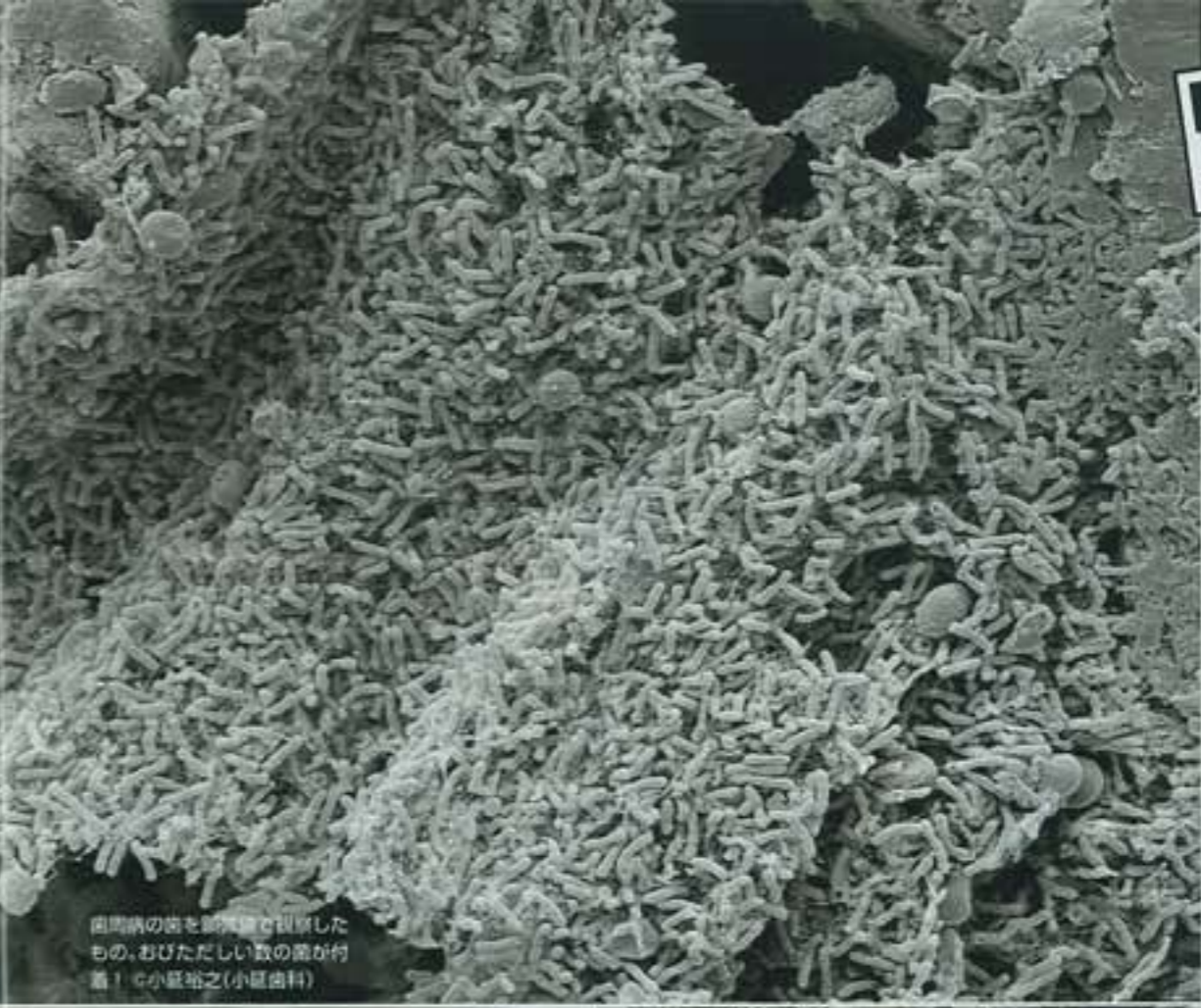
「この菌の特徴は、酸化水素のような独特の嫌臭い。イオウの温泉のような、あるいはドブ川のような口臭がある人は、P・B菌による歯周病を発症している可能性が高いです」(二階堂氏)

最近、注目されているのが、重症化する歯周病だ。通常の歯周病は放置して

ると15~30年で歯が抜け落ちるが、重症化タイプだと5~10年で歯がなくなってしまう。重症化する歯周病は20~30代で発症するのが特徴で、遺伝が関係している可能性があるという。

「ある時、重い歯周病の治療をしていた20代の女性患者さんが、「母も診てほしい」とお母様を連れてこられました。診察すると、お母様のトアゴの歯は歯周病でほとんど抜けており、教本しか残っていませんでした。50代前半という若さでトアゴが総入れ歯だったので、歯周病は体質と環境の両方の影響を受ける病気です。体質とは生まれつき、歯周病になりやすい、重症化しやすい素因があるかどうか。環境というのは、歯周病になりやすい、重症化させやすい生活、をしているかどうか。この二つの要素は親の歯周病の有無でわかります」(二階堂氏)

歯周病を誘発し、重症化させやすい生活習慣の第一に挙げられるのが喫煙だ。たばこに含まれるニコチンなどの有害物



歯周病の菌を顕微鏡で撮影したもの。おびただしい数の菌が付着! (小塚裕之(小塚歯科))



▲歯周病患者の歯茎。腫れて根元がむきだしになっている



▲上の写真を拡大したもの。円筒型が特徴の小塚裕之(小塚歯科)

質が歯茎の血行を悪くし、口腔内の免疫力を低下させるのだ。歯周病から身を守るためにできることはあるのか?

「歯周病予防を謳った歯磨き剤や洗口剤が市販されていますが、「ある程度の予防は可能」というレベル。歯肉炎や歯周病を治すことは難しいでしょう」(二階堂氏)

重症の歯周病に対しては歯茎を切開して細菌や歯垢、歯石を徹底的に取り除くフラップ手術や、歯周病によって溶けた骨を薬剤で再生させる治療法があるが、二階堂氏は「身体への負担を考えると、おススメできない」と言う。

「早期であれば、歯石や歯垢を除去するスクレーピングなどを定期的に行うだけで十分な場合もあります」

日々の歯磨きにデンタルフロス、糸ようじをプラスする。唾液は歯周病菌を洗い流す効果があるから、良く噛んで食べると唾液の分泌を促す。静かに身体を揺らす。殺し屋から身を守るため、今日からできることはたくさんある。

FRIDAYヘルス
いまや35歳以上の8割が罹患する国民病
歯周病を放置すると心筋梗塞になる

撮影・文/伊藤雄也(医療ジャーナリスト)写真/...