



未来を明るくする！

「歯周病が重大な全身疾患の一因になっている」
そんな情報が、新聞やテレビで頻繁に取り上げられるようになつた最近。これは大変！と思いつつ、具体的に何をどうしたらいいかわからないという人は多いと思います。

それはきっと、一人の女性として、自分の将来の姿をすぐに想像できるからです。
では「歯周病が早産のリスクを高める」という情報はどうでしょう。
なんだかドキッときませんか？
「もしも自分だったら……？」と。

歯周病と

妊娠の

ハナシ。

女性の多くは、ママになるかもしれない可能性を秘めています。

だとするとこの情報、自分でとどめておくのはもつたない！ 患者さんや家族、お友だちに早く伝えたいですよね。

そこで今回お届けするのが、産婦人科医と歯科医、二人のドクターのインタビュー。
まずは歯周病と早産についての知識を深めるところから、始めてみませんか？





まずお話をうかがったのが、産婦人科医の桜井先生です。

分娩・出産・不妊治療など、多くの女性と向き合ってきたなかで、

歯周病についてどんな考えを持っているのか。

この話題をどう受け止めているのか。

ご自身の知識と経験をもとに話してくれました。

産婦人科クリニックさくら / 桜井明弘先生



<Journal of Periodontology, 76(2), 161-165, 2005より>

振り返ってみて「もしかするとこれは」
何か事例がありますか?
というケースがあります。
関係あるんじゃないだろうか」という考
えも浮かんできましたんです。

「歯周病と不妊に関して、
何か事例がありますか?」
というケースがあります。

わかつてきていますがまだ原因不明の
ケースがあるのも事実。歯周病を重要な
因子の一つとして視野に入れる意義は大
きいのではないかと感じました。
そして「早産だけじゃなく『不妊』とも
関係あるんじゃないだろうか」という考
えも浮かんできましたんです。

※1 排卵日をチェックしていく
いつ性交渉するといいかを指導する

※2 排卵日に合わせ精液を人口的に
女性の子宮内に注入する

※3 卵子と精子を体外で受精させ、
子宮内に移植する



妊娠6週目で流産をしてしまった34歳の女性。半年後にタイミング法^{※1}の指導を始めたのですが、5ヶ月たつても妊娠しません。不妊の検査をしても、ご主人の精子がちょっと少ないぐらいで特に問題はない。それから人工授精^{※2}を5回しましたが、これもダメでした。そしてよいよ次は体外受精^{※3}というところまできて、なんと自然妊娠! なんだ、治療する必要なかつたねと思うじゃないですか。でも後で、ある事実がわかりました。実はその方、3ヶ月前から歯科医院に通っていたんです! 「歯周病が進んでいたけれど、歯石除去をしてもらったり、ケアの方法を教えてもらったりしてだんだんよくなっていった」と……。

もちろん歯周病治療が妊娠につながつたと断言はできません。でも、不妊に悩む患者さんが口腔環境を改善することには大きな意味があると感じました。実際、「歯周病の存在が妊娠を遅らせると」という論文も最近出ているんです。

——先生ご自身が知ったことを、患者さんにはどのように伝えていますか?

体外受精の説明会を行なうときには必ず、歯科受診を促すようにしています。「歯周病のケアをしましょうね。不妊の原因の一つになりうるから」と。

ただ、実際に患者さんが歯科医院に行なったかどうかを追うところまではできていません。でも、後で、ある事実がわかりました。それは今後の課題で

す。患者さんをきちんとサポートしていくには、歯科医院と連携することが必要です。歯周病の治療が不妊治療の成功率を上げるというインパクトあるデータが取れば、今後もっと多くの産婦人科医が興味を持って動き出すきっかけになると思うんです。そして何より、患者さんにとって意義がありますよね!

正直、以前は歯周病にまったく興味がありませんでした。歯科に関することといえば、「歯医者さんでの治療で麻酔をしていいですか?」とか「抗生物質を飲んでいいですか?」と聞かれて指導する程度。産婦人科医はみんなそうでしょう。でも僕が自分の仕事と直接結びつけるようになったのは、2年ほど前。当院と同じメディカルモール^{※4}内で開業している先生方と、歯周病をテーマにした健康

講座を開くことにしたときです。産婦人科医としてどんな提案ができるか。いろいろ調べるなかで、実は「歯周病と早産」の関係を裏づける論文がいくつも出ていました。

同じ頃、歯周病と全身疾患が取り上げられているテレビ番組を観たのも大きかったです。早産だけでなく心臓病や脳梗塞のリスクも高めるとか、歯周病を治すと糖尿病が改善されるとか……。歯周病がベースとなって悪さをすることがなんもあるのか! と驚いたんです。

皮膚科、心療内科、内科、歯科などが併設された複合診療所

歯周病を、早産や不妊のリスクの一つとして考えるべき

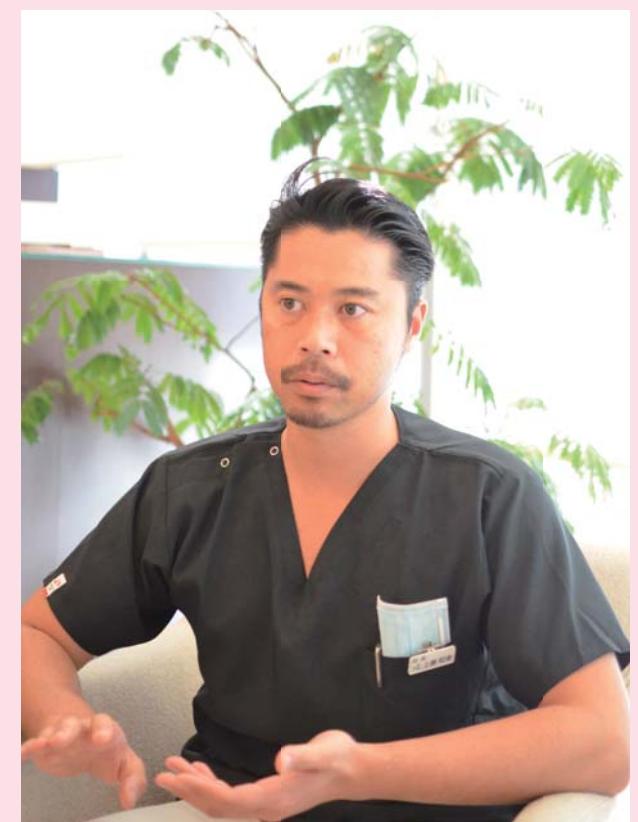




桜井先生と同じメディカルモール内に歯科医院を構える
上妻和幸先生も、実は「歯周病と妊娠」という
テーマについてすでに伝え始めています。
歯科にはどんな役割があるのかをお聞きしました。

こうづま歯科医院 / 上妻和幸先生

歯科だからこそ、率先して発信できる！



——先生は歯周病と早産について、いつ意識し始めたか？

妊娠さんは、歯肉が腫れやすく出血もしやすいもの。もともと、歯周病のケアについては常に意識して診療にあたっていました。そこからさらに「早産のリスク」まで視野に入れ始めたのは、2年前に健康講座を開いてからですね。他科の先生方のお話を聞くうちに、口と体がつながっていることを改めて強く実感したんです。

妊婦さんにとって歯周病と早産というトピックは、セルフケアのモチベーションを高めるために有効ですし、それ以上に、女性の健康のためにぜひ伝えなければなりません。どんなに必要とわかっていても、妊婦さんは行動するのが難しい時期だ

——具体的に、どんなふうに伝えていますか？

「ここに5ミリのポケットがあるから磨いてください！」と躍起になって指導はします。どんなに必要とわかっていても、妊娠さんは行動するのが難しい時期だ

ということを、常に念頭においておかなければいけません。「歯周病が進むと早産のリスクが高まるというデータもあるから、そういうないように出産に向けて一緒に準備していましょうね」と寄り添うスタンスを大切にしています。

妊娠中という敏感な時期に情報を伝えることで、ケアの大切さをより実感してもらえます。それが出産後のセルフケアにもつながっていくでしょう。産まれたお子さんにも連鎖していくのではないかでしょうか。

——取り組みを通じて、歯科の役割は何だと感じていますか？

そもそも歯科というのは、こうした健康についての情報を一番発信しやすい医療機関だと思います。

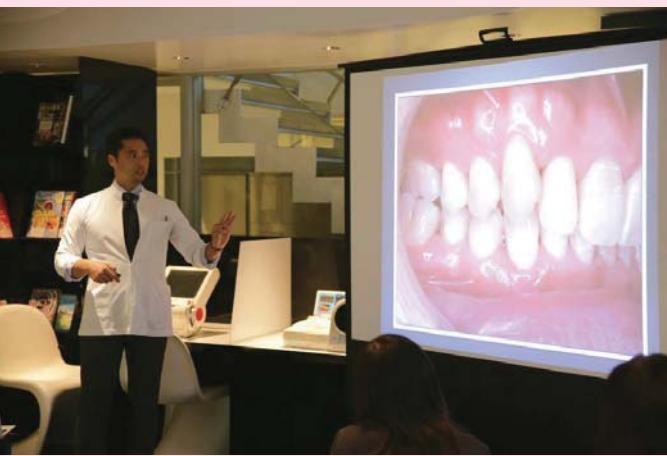
なぜなら僕たちはまず、口腔を健康にするためにその人の生活背景を見ますよね。精神的なストレスとか生活習慣などから口腔内の不調を招いている原因を見つけようとして。その過程で自然と、将来の、全身の健康へのリスク、というのも見えてくる。つまり、歯科だからこそ

どの科よりも早く異変に気づくことができるんです！ 普通は具合が悪くなつてから病院に行くしかないですが、僕らが間に入ることで、内科の受診を早めに促すこともできるでしょう。

——私たちがこの情報を伝えていくにあたって、何か気をつけるべきことはありますか？

早産のテーマを含め、全身疾患と歯周病の関係について発信するうえで忘れてはいけないのが、情報をよく吟味すること。インターネットにはたくさん情報が載っていますが、そのまま鵜呑みにしてそのまま思っています。

歯周病と妊娠についても本邦は、「歯周病を治したら早産が減った」という論文が出てくるのを期待したいですね！ そうすれば、予防の大切さを伝えるときにもっと説得力が出るはずですから。



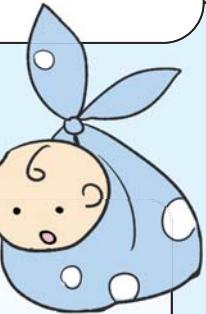
他科の先生たちと行なっている一般向けの健康講座は、年に2~3回のペース

桜井先生、上妻先生が参考にしている論文について、詳細はコチラ！

<http://tuftclub.jp/ronbun>



私たちができること



先生たちのお話から、妊娠と歯周病の話がさらに身近なものになったのではないでしょか。妊婦さんはもちろん、妊娠する前の人たちに一刻も早くこの情報を伝えたいですね！

そして、歯周病菌がそれだけ悪質だということは、脳梗塞や心筋梗塞のリスクについても決してあなどれないということ。

歯周病を放つておけば、健康を損なう人がどんどん増えていくてしまうのです。

だからこそ私たちに必要なのは、「予防につながる口腔ケアを早いうちから習慣にするよう導くこと」。

それが、一人ひとりの幸せな未来をつくることにつながります！

まさにそんな『歯周病になる前に伝える』を目指すのが、Goodbye Perioプロジェクト。

歯科医院に来る患者さんはもちろん、家族や親せき、友人など身近にいる大切な人たちに、次のことを伝えます。

歯周病は予防できる病気だと伝える

「歯肉炎のうちにケアを続ければ、すぐに健康な歯肉に戻せる」という事実を伝える

デンタルフロスを使い、歯肉縁下の歯周病菌を落とす予防方法を教える

歯周病予防が習慣になれば、生涯健康でいられると言える

どんなに小さな活動であっても、自分の大切な誰かを幸せへと導けるのは確か。これは、他の誰でもない『歯科衛生士だからこそ』できることがあります！あなたもまた、今回のテーマ「歯周病と妊娠」をお友だちなどの身近な女性に伝えるところから始めてみてはいかがでしょうか！



桜井先生も、上妻先生も応援！

Goodbye Perioプロジェクト メンバー募集

すでに、こんな活動をしている歯科衛生士がいます！

行きつけのバーで、マスターと常連のお客さんにフロスの使い方を教えました！

成瀬千絵美さん



子どもの通う中学校の生徒たちに、
“今なら間に合うあなたの未来”という
テーマでお話してきました

高野淳子さん

ママ友に、フロスのことを
伝えたらビックリ！
子どもにもやらせたいと
張り切ってくれました

M.Wさん

居酒屋でバイトをしている女子大生に、
“早産と歯周病”について話しました。
結婚も出産もまだだけど、
女性として絶対に必要な情報ですよね



大澤佳代子さん

DH学校で私たちの活動と、
フロスの実習を行ないました。
未来のグッペリメンバーですから！



渡邊喜怒香さん

登録は <http://perio.tuftclub.jp> で！

Goodbye.
Perio
Project

