



# 歯のはなし

意外な関係が明らかに！

歯周病は認知症のリスクを高める？

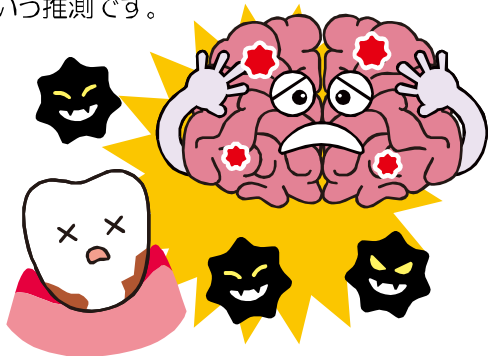
お口の中の病気である**歯周病**と脳の病気である**認知症**、一見すると関係はないように思いますよね。しかし、近年この**歯周病と認知症の関連性**についてさまざまなことが明らかになってきています。**歯周病の人は認知症になるリスクが高くなり、歯周病を予防することは認知症予防にもつながる**そうです。そこで今回は、**歯周病と認知症の関係**についてお話しします。

## 歯周病菌がアルツハイマー型認知症を促進させる？

認知症の中で最も多いのが、**脳が萎縮するタイプ**の**アルツハイマー型認知症**です。これは、分解されず脳内にたまった**アミロイドβ**というたんぱく質によって**神経細胞が死滅**し、認知機能が低下するというものです。

九州大学大学院の研究チームによると、人間でいう中年世代にあたるマウスに歯周病菌を投与したところ、マウスの脳内の**アミロイドβが10倍に増加**し、さらに**記憶力が低下**するという認知症のような症状が現れたそうです。

本来、人の体というのは歯周病菌などが侵入すると、**免疫細胞が働いて体を守ります**が、**歯周病菌が多く侵入した場合、免疫細胞が過剰に反応してしまい、その結果、脳内が炎症を起こしてその炎症物質がアミロイドβを出すのではないかと**いう推測です。



さらに、アミロイドβは主に脳内で作られると思われていましたが、**歯周病菌によってお口の中の歯周組織でも作られる**ことが明らかになりました。また、通常脳にはフィルターのような機能があり、体で作られたアミロイドβは脳には侵入できないと考えられてきましたが、マウスによる実験では、**歯周病菌がアミロイドβを脳内に運び込む受容体を増やして、脳の中にアミロイドβを送り込んでいる**ことがわかったそうです。



## 歯を失うことも認知症のリスクを高める

日本歯科総合研究機構が発表した論文によると、**60歳以上で残存歯の本数が15本以上ある人と比較したところ、残存歯数14～1本の人で1.4倍、1本も残っていない人は1.81倍、アルツハイマー型認知症のリスクが高くなる**という結果も出ています。

ちなみに、**成人が歯を失う原因の第一位は歯周病**です。歯周病を予防することはご自身の歯を守るだけでなく、**認知症予防にもつながります**。

## 脳血管性認知症も歯周病に関連

アルツハイマー型認知症に次いで多いのが、**脳血管性認知症**です。これは**脳梗塞**や**脳出血**などによって、脳の血管が詰まったり出血したりすることで脳の細胞に栄養や酸素が届かなくなり、**脳細胞が破壊され発症するタイプ**の認知症です。このような脳の血管の病気は主に**動脈硬化が原因**になることが多いですが、**歯周病菌にはその動脈硬化を促進させる働き**があります。動脈硬化を起こしている血管の細胞からはよく歯周病菌が見つかることもあるため、**歯周病菌は血管を介して全身に悪影響を与える**ことが指摘されています。



このように歯周病はお口の中だけでなく、**脳の健康も脅かす感染症**です。**日々のケアと定期的な検診でしっかりと歯周病の予防・治療をしましょう！**

