

# Question Answer

## お口の健康そこが知りたい 66

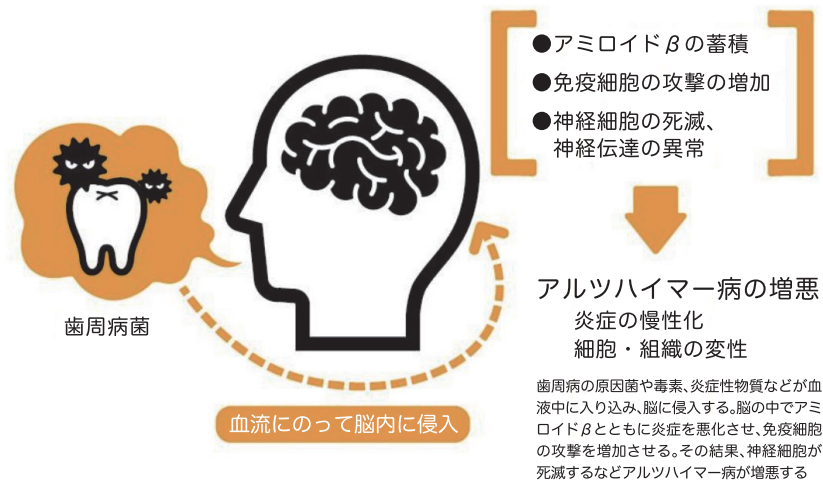
協力・鶴岡地区歯科医師会

### 認知症予防はお口の健康管理から

成人の8割以上が罹患している「歯周病」は、歯を失う二大疾患の一つです。自覚症状がでにくいため、気付いた時には重症化していることも多い病気です。歯周病は歯だけでなく、糖尿病や高血圧症、心臓病、脳血管疾患などの全身疾患との関わりも高く、最近の研究では認知症の発症原因の一つであることもわかってきました。歯周病を発症させる細菌の一種にポルフィロモナス・ジンジバリス菌という細菌がいます。この細菌は歯周ポケット内で炎症を引き起こすだけでなく、血管内でアミロイドβという異常なタンパク質の産生に関与しています。アミロイドβが脳内ゴミとして脳に蓄積すると、脳神経細胞がダメージを受けて記憶障害の原因になるとされています。認知症の7割ほどを占めるアルツハイマー型認知症の予防には、若い時から歯周病を予防し、脳内ゴミであるアミロイドβを蓄積させないことが、将来認知症を発症させないコツであると言えます。

詳しくは、かかりつけの歯科医院でおたずね下さい。

### 歯周病でアルツハイマー病が悪化するメカニズム(仮説)



歯周病とアルツハイマー病の関連性

『週刊朝日ムック』60歳からはじめる認知症予防の新習慣』