

2018年1月15日掲載

## 女性と歯周病

### ホルモン分泌が影響

歯周病は<sup>しこう</sup>歯垢や歯石に潜む歯周病菌が主たる原因ですが、ほかにも健康状態や生活習慣など、様々な要因が歯周病に影響を及ぼします。特に女性の場合、女性ホルモンの影響という特有の要因をもっています。

ある種の歯周病菌は女性ホルモンで増殖することが知られており、生理前に歯ぐきが腫れやすいという方はその影響も考えられます。女性ホルモンの分泌が多くなる妊娠中は特に顕著に症状が現れやすくなる上に、つわりなども影響して歯みがきが不十分になるなど、歯周病のリスクが高まりやすいので注意が必要です。

更年期になると女性ホルモンの分泌は低下するのですが、その影響で「骨粗しょう症」になるリスクが高まり、歯周病が重症化する恐れがあります。また更年期以降には唾液の分泌が減少し、「ドライマウス」になる傾向があるため、唾液による抗菌作用や口内の自浄作用に期待ができなくなります。

ここまですると、女性が圧倒的に不利のように思われるかもしれませんが、歯周病は加齢、喫煙、糖尿病、ストレス、歯ぎしり、といったさまざまな要因が影響しますので、必ずしも女性特有の病気というわけではありません。性別に限らず、<sup>こうくう</sup>口腔衛生と正しい生活習慣を心がけることで、予防することが可能です。また、定期的な検診や歯石除去も大切にしましょう。