



令和 8 年 7 月 27 日（月）配信

**もしかして、これも歯周病？
～今日からできるセルフチェックと予防～
第 31 回口腔保健シンポジウムに 1,700 名余が参加**



挨拶する高橋英登会長

世界口腔保健学術大会記念「第 31 回口腔保健シンポジウム」（主催：日本歯科医師会（以下、日歯）、協賛：サンスター株式会社）が 7 月 18 日、「もしかして、これも歯周病？～今日からできるセルフチェックと予防～」をテーマに、オンライン配信で開催され、1,700 名余が参加した。

主催者挨拶で、日歯の高橋英登会長は、世界に誇る国民皆保険制度と高度な医療水準、そして公衆衛生活動等が功を奏して世界でも有数の長寿社会となっているが、少子化が進んだ結果、超高齢社会を迎えており、何より健康寿命の延伸が求められているとした。その上で、日歯には口腔健康管理を通じて健康寿命の延伸に貢献することで、国民が健康で長生きし、人生最期の日まで「自分の口でおいしく食べることができるようにする」使命があると話した。

また近年、口腔の健康が全身の健康、ひいては健康寿命の延伸につながることや、全身疾患の管理と歯科医療との連携の重要性にも理解が深まっていると述べた。

今回の「もしかして、これも歯周病？～今日からできるセルフチェックと予防～」をテーマにしたシンポジウムを通じて、口腔の健康の重要性についての認識がさらに深まることに期待を寄せた。

シンポジウムは、竹立匡秀・大阪大学大学院歯学研究科教授による基調講演に続いて、竹立氏、辻坂智矢・日歯常務理事（広報担当）、市川洋子・サンスター財団歯科衛生士によるトークセッションが行われた。司会はキャスターでジャーナリストの長野智子氏が務めた。

◇基調講演◇

気づくことから始まる歯の健康～知っておきたい歯周病のサイン～

竹立氏は、はじめに歯科の 2 大疾患である「むし歯（う蝕）」と「歯周病」の概要、「歯」と「歯の周りの組織」について解説した。

口の中には、沢山の細菌が存在し、歯の表面に付着した細菌の塊を歯垢（プラーク）と呼ぶ。これが歯周病の初期段階である歯肉炎を引き起こし、歯周ポケット内に長く留まると歯周炎となり、重症化により歯を失う一番の原因になるなど、歯周病の進行過程を詳説した。

歯周病は全世界で最も患者が多い病気として 2001 年にギネスブックに認定されており、成人の約 80%が罹患していることを説明。それに併せて、歯周病に罹っていないかのセルフチェック方法を分かりやすく説明した。また、歯周病のリスク因子として、細菌因子、宿主因子、環境因子があり、歯磨きが不十分であると歯周病原細菌が増え、歯周病の発症や重症化に至ることを詳説した。さらに、糖尿病、メタボリックシンドローム、骨粗鬆症、関節リウマチなど全身疾患や、喫煙、ストレス、低栄養状態が歯周病に発症や進行に



竹立匡秀 氏

影響を与えることを説明した。

セルフチェックは「気づき」であり、診断は専門家に委ねて欲しいと呼びかけるとともに、歯周病は今から約 60 年前は原因不明の不治の病と言われたが、現在は決して治らない、もしくは進行を止められない病気ではないことを丁寧に説明し、セルフケアと歯科医院でのプロフェッショナルケアの両輪で、お口の健康を保っていただきたいと結んだ。

◇トークセッション◇

もしかして、これも歯周病？～今日からできるセルフチェックと予防～



辻坂智矢 常務理事

竹立氏は、糖尿病と歯周病は双方向性の関係があり、糖尿病が歯周病のリスク因子であること、一方で、歯周病が糖尿病を悪化させることも明らかにしている」と述べた。

続けて、日本糖尿病学会が発行している糖尿病診療ガイドラインでは、2型糖尿病において歯周病の治療は血糖コントロールの改善に有効と推奨されており、医科と歯科が連携して治療を進めることが大切であるとした。

辻坂常務理事は、歯周病を防ぐことは全身の病気を防ぐことにもつながるとし、「お口を守ることは、健康寿命を延ばすこと」は日歯と全国各地の歯科医師会で最も力を入れて発信していると話した。

さらに、歯周病の予防・重症化予防には、お家での「セルフケア」と歯科医院での「プロケア」の両輪が重要で、定期的に歯科医院を受診し、プロの手で歯石を除去する必要があると強調した。

また、市川氏は、毎日のセルフケアこそが未来の健康を作るとし、歯間清掃具や液体のオーラルケア製品を紹介した。

司会の長野氏はシンポジウムを通じて、歯周病が全身の健康とも深く関わっていること、毎日のセルフケアや定期的な歯科受診が健康寿命の延伸に繋がることを学んだと締めくくった。

本シンポジウムの模様は、8月中旬に日歯 HP に動画を掲載する予定なので、ぜひご覧いただきたい。



長野智子 氏



トークセッションの様子

●問い合わせ先

公益社団法人日本歯科医師会 広報課

TEL : 03-3262-9322

FAX : 03-3262-9885

日本歯科医師会ホームページ <https://www.jda.or.jp/>

