

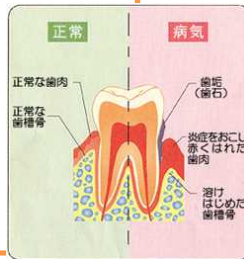
# 歯周病は糖尿病の合併症！

## 歯周病とは

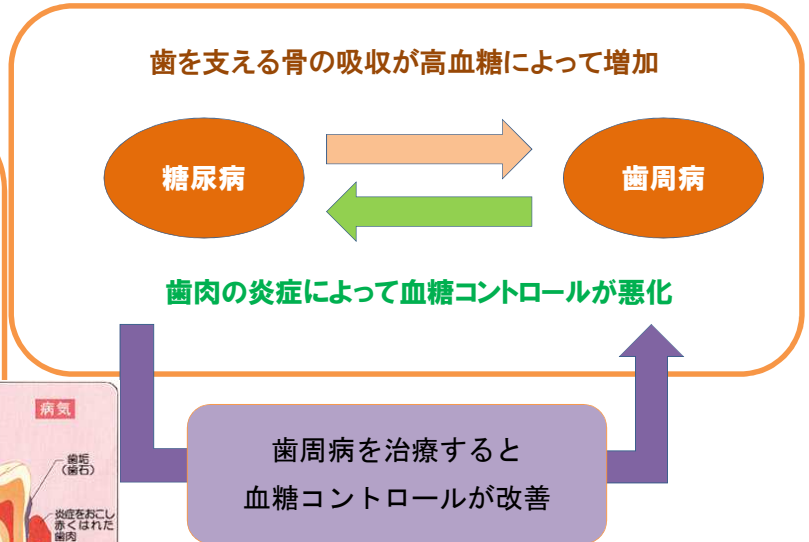
歯周病とは、歯と歯肉の間の溝に細菌が入り込み、炎症性に歯を支える組織を破壊する病気です。

### こんな症状はありませんか？

- 歯ぐきがはれている感じがする
- 歯ブラシで歯ぐきから容易に出血する
- 歯ぐきから膿が出る
- 歯がグラグラする
- 口臭がある
- 起床時、口の中がネバネバする
- 上の前歯が前方に出てきた
- 硬いものがかみづらくなった



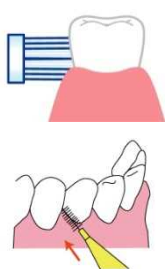
## 歯周病と糖尿病の双方向の関係性



## 歯周治療

歯周治療は2つのプラークコントロールが主体となります。そして治療後の定期的なメンテナンスが重要です。

### 1. 自宅でのセルフコントロール



適切なブラッシング  
補助具での歯間部洗浄



### 2. 歯科医院でのプロフェッショナルケア

歯垢除去  
歯石除去



## HbA1c が低下

しっかりとした歯周治療により歯肉の炎症がなくなると、  
インスリン抵抗性が改善します。



HbA1c が **0.4%程度低下** するという報告もあります。