

## 出前講座用フォーマット

分 野：健康

テ ー マ：かんで、噛んで、スッキリ健やか

職・氏名： 歯科衛生学科 教授 岩田 千鶴子

### ◆概 要：

歯周病菌の毒素は全身の臓器にまで影響を与え、心臓病や胎児の低体重・早産、糖尿病、誤嚥性肺炎などを誘発します。痛くなって歯の治療を始めるのではなく、全身の病気との密接な関連を理解し、口の中の衛生に関心を持って頂くようお話しします。

### ◆内 容：

口の中が不健康、不潔であるといろいろな全身の病気になりやすくなります。近年はメタボリックシンドロームが口の健康と深い関係があることが明らかになり、特に糖尿病と歯周病が関係していることが解ってきました。また、高齢者は誤嚥により肺炎に罹りやすくなりますが、これも口腔内の細菌が大きな原因となっています。口の中が健康であると自分の歯で食べ物を噛み、おいしいと感じる味覚や、幸福感、充実感で心が満たされます。そればかりか、唾液の分泌を促進し、脳の血流が活発になり、肥満の予防、学習能力や記憶力を促進させ、運動能力を高める効果があります。そこで、全身の病気の原因になる歯周病がどのように進行するか、歯周病に早く気付いて進行を止めるため口の中に関心を持つことの大切さと、生活習慣病であるむし歯・歯周病の予防ポイントをお伝えするよう講座を進めます。その際、プロジェクターのご準備をお願いできればと思います。

### ◆出講可能な時間帯：

4月～7月(前期)・・・月曜日

10月～1月(後期)・・・月曜日、金曜日

- (1) 専門分野…臨床歯科医学
- (2) 主な担当科目…保存修復学・歯内療法学、歯科補綴学
- (3) 一言メッセージ…口の中の健康状態が食事や生活習慣病の善し悪しに関係し、全身の健康へと繋がります。これからはご自分の口の中をもっと見る習慣を持ち、全身の健康管理に向けて頂ければと思っています。