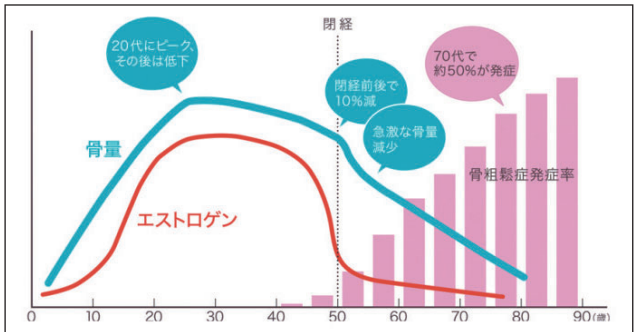
骨粗鬆症とお口の関係

骨粗鬆症は、骨の量が減って骨が弱くなり、骨折しやすくなる病気です。骨は、皮膚などと同じように、新陳代謝を繰り返しています。健康な骨は、古い骨を壊す『骨吸収』と、新しい骨を作る『骨形成』のバランスによって作られています。しかし、加齢や閉経、運動不足などによって、このバランスが崩れてしまい、骨が弱くなると、つまずいて手や肘をついた拍子や、くしゃみなどの「わずかな刺激」で骨折してしまいます。骨粗鬆症の病気自体に痛みなどはありません。痛みなどの症状がないため、気づかないうちに病気が進行し、骨折をして骨粗鬆症と診断されることも多くあります。日本には、およそ1500万人以上の患者さんがいると推定されており、高齢化が進むにつれ、患者数も増加傾向にあります。がんや脳卒中、心筋梗塞などのように、直接生命にかかわる病気ではありませんが、骨粗鬆症になり骨折してしまうと、寝たきりや介護が必要となってしまうことも少なくありません。

女性に多い病気

骨粗鬆症は、圧倒的に女性に多く、男性の3倍以上、50歳以上の女性では3人に1人は骨粗鬆症になるといわれており、高齢女性に多い病気の一つです。女性の骨量は、思春期から20歳台で最大骨量に達し、40歳を過ぎ、卵巣機能が衰退してくると、徐々に骨密度が減少し始め、閉経すると急激に減少します。これは、エストロゲンという女性ホルモンが、閉経により急激に減少することが要因といわれています。エストロゲンは、骨の新陳代謝に大きく影響しているため、エストロゲンが減少することにより、そのバランスが崩れ、骨量や骨密度が減り、骨粗鬆症が進みやすい状況となってしまいます（図1）。また、過度なダイエットによる栄養不良も骨粗鬆症の原因といわれています。成長期に極端なダイエットをすると、将来の骨密度にも影響が出てきます。



資料提供：公益社団法人女性の健康とメノポーズ協会

図1：女性の生涯における骨量の変化と骨粗鬆症発症率

歯周病との関係

骨粗鬆症で全身の骨が脆くなってしまうと、歯を支える歯槽骨も弱くなります。女性の場合、エストロゲンの減少は歯周組織の炎症にも影響があるので、さらに歯周病も進みやすく、たとえ歯肉に炎症がなかったとしても、歯周病にかかりやすい状態といえます。また、歯を失うと、噛む力も低下し、消化吸収の力も低くなり、低栄養になってしまうと、さらに骨粗鬆症を悪化させる原因ともなりかねません。こういったことから、閉経後の女性はとくにお口の管理が重要といえます。

骨粗鬆症の治療薬（骨吸収抑制薬）の副作用

骨粗鬆症の治療薬のうち、『骨吸収抑制薬（ビスフォスフォネート製剤〔BP製剤〕・デノスマブ・ロモソズマブ）』と呼ばれる薬があります。骨吸収抑制薬は、骨吸収の過程を抑え、骨量の低下を防ぎ、骨を硬くする薬です。骨粗鬆症の治療薬としては効果が高く、一般的によく使用される薬ですが、あごの骨にかかわる副作用があります。それが『薬剤関連顎骨壊死』です（図2）。薬剤関連顎骨壊死は、骨吸収抑制薬を服用していることの副作用で、あごの骨の組織や細胞が局所的に死滅し、骨が腐った状態をいいます。薬剤関連顎骨壊死は、骨吸収抑制薬を使用している患者さんのうち、歯性感染症がある場合や、不適合な入れ歯の刺激が発症のきっかけと考えられており、あごの痛みや腫れ、膿が出るといった症状が出現します。発生頻度は0.02～0.05%と低いですが、歯周炎などと診断され、抜歯が必要な状態に

悪化した場合では、発生頻度が高くなるともいわれています。さらに、お口の清掃状態が悪いと、顎骨壊死を悪化させる要因ともなります。一度、顎骨壊死が起きてしまうと、その骨はもとには戻りません。そのまま放置し、あごの骨がなくなってしまうと、食事が困難となり低栄養になってしまったり、かみ合わせが変化してしまうなど、生活の質に大きな影響を及ぼします。

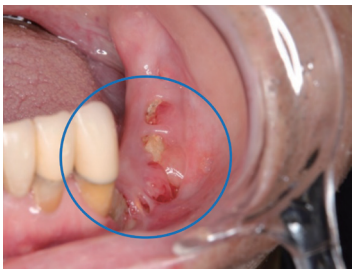


図2：薬剤関連性顎骨壊死

骨吸収抑制薬を飲み始める前に…

薬剤関連顎骨壊死をおこさないようにするには、お口の状態を良好に保っておくこと、つまり『予防』が一番大切です。薬はいつ飲み始めるかわかりません。また、薬の使用が一度始まってしまうと、長期間にわたって薬を飲み続けなければいけません。骨粗鬆症と診断されたら、まず、かかりつけの歯科医院に行き、お口のチェックをしてもらいましょう。

もし、骨吸収抑制薬を使用するようになったら、歯科医院に受診する際には、お薬手帳を持参し、必ずこの薬を使用していることを歯科医師・歯科衛生士に伝えましょう。また、骨吸収抑制薬の使用が始まると『患者カード（図3）』を病院や薬局でもらうことがあるかもしれません。このカードを見せることで、かかりつけの歯科医院がどの薬を使用しているのか、把握することができます。

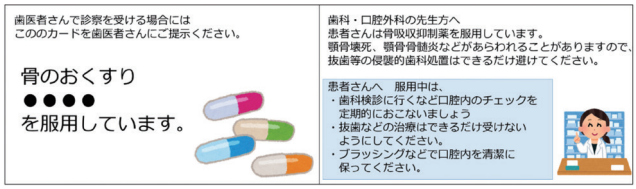


図3：患者カード見本

また、日頃から自分のお口を観察しておくことも早期発見につながります。骨吸収抑制薬を使用していて、以下のような症状が出たら、速やかに歯科医院へ受診をしましょう。

- 口の中に痛みがある、特に抜歯後から痛みが治らない。
- 歯ぐきに白色もしくは灰色の固いものが出てきた。
- あごが腫れてきた。
- 下唇がしびれている気がする。
- 歯がぐらついて、自然に抜けた。
- 歯ぐきになにか出てきて、それが入れ歯にあたって痛い。

女性は、ホルモンの変化により、男性よりも様々なお口の変化が現れやすいといわれています。かかりつけの歯科医院に定期的に受診し、歯のクリーニングや治療を行い、お口の健康を保って、いつまでも健康でおいしく食べられるようなお口にしましょう。

【参考文献】
- 骨粗鬆症の予防と治療のガイドライン 2015年版 日本骨粗鬆症学会
- 重篤副作用疾患別対応マニュアル ビスホスホネート系薬剤による顎骨壊死 平成21年5月 厚生労働省
- 薬剤関連顎骨壊死の病態と管理:顎骨壊死検討委員会ポジションペーパー 2023　日本口腔外科学会

（公益社団法人日本歯科衛生士会　病院委員会）