

妊娠期における歯周病とのかかわり～すべての女性のために～

“妊娠すると歯が悪くなる”は迷信でしょうか？これまで多くの女性たちが、妊娠すると歯が悪くなる、と考えていたようです。この真偽はともかくとして、歯周組織の健康が妊婦とお腹の中の子供に影響するという認識はなかったのではないのでしょうか。1990年以降国内外さまざまな地域での研究により“歯周病が全身の健康に影響する”ということが明らかになってきました。糖尿病、動脈硬化、心疾患、誤嚥性肺炎、そして、妊婦と胎児の健康にかかわりがあるという報告には大きな衝撃がありました。

◆どんな影響があるのでしょうか？◆

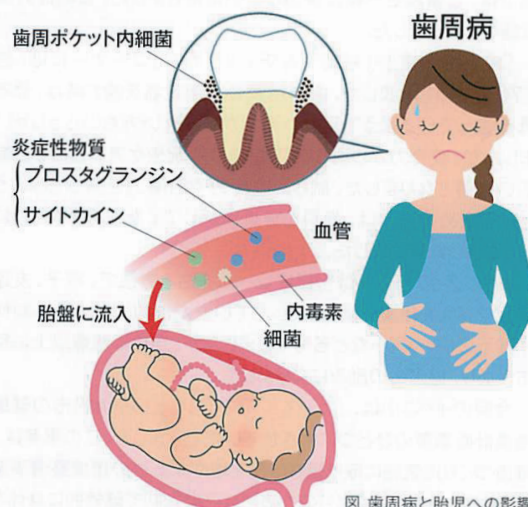
1994年ノースカロライナ大学口腔リサーチセンターの研究により、妊娠ハムスターに歯周病菌(P.g)を感染させると胎児の成長抑制を促すことが報告されました。Offenbacherの疫学調査(1996)では、低体重児を出産した母親は正常分娩の母親より歯周組織の破壊が有意に大きく、また日本でも低体重児出産の妊婦ほど歯肉の出血、腫脹などの炎症が多かったなどの報告がなされ、歯周病にかかっている女性が妊娠すると、早産、低体重児出産のリスクが高まることが検証されてきました。これらの調査から、歯周炎はこれまでは産科領域の出産危険因子とは独立して考えられてきましたが、早産、低体重児出産においては喫煙や飲酒よりも高い率(リスクは8倍)という結果が発表されたのです。

◆歯周病はどのような病気か？◆

むし歯や歯周病が細菌感染によるものだということは今では多くの人がご存じと思いますが、では、母親の口から子宮内の胎児へどのように影響するのでしょうか？そのためにはまず歯周病の成り立ちを知りましょう。(図)

歯周病は、口腔プラーク(歯垢)が歯の周囲に沈着し、このプラーク中にある歯周病原細菌(以下「歯周病菌」)が内毒素・

エンドトキシンという弱毒性の毒素を放出することによって引き起こされる感染性慢性炎症疾患です。では、この細菌はどこから伝染してきたのでしょうか？多くの場合これらの細菌は、出産後に母親もしくは子育てに携わった周囲の大人から直接的に口、食器、食べ物等を通じて感染すると言われ、そして3歳くらいまでにその子供の口腔に定着すると考えられています。このプラーク中に歯周病菌がいる場合、歯周組織に炎症を起こし、引き締まっていた歯肉がはがれていき歯周ポケットを形成していきます。さらに炎症が進むと歯を支えている歯槽骨まで侵されていく疾患です。通常、歯周病は進行が遅く長期間にわたってゆっくりと進行悪化していくので炎症性慢性疾患とされているのです。しかし、この歯周疾患の発症メカニズムには10か月の妊娠期間に急激に悪化させる秘密があるのです。



◆歯周病との関係を理解しよう◆

妊娠期の炎症の起こり方にはいくつかのパターンがあります。

1 早産の原因の第1位は絨毛羊膜炎という子宮の感染で50%を占めます(残りの20～30%が破水になります)。ここで興味深いことは歯周病も子宮中の感染も嫌気性菌によるもので、病態とその感染メカニズムが似ていることです。歯周病菌による炎症によって毛細血管の拡張や透過性亢進が起きることで菌自身、内毒素、炎症関連物質などが血管内に引き込まれ、全身に波及し到達した場所でさらに炎症を引き起こし組織を破壊します。妊娠の場合は胎盤を通して炎症活性物質が胎児に悪影響を及ぼすと考えられています。そこで、歯周病の妊婦を治療すると早産や低体重児出産の発生率を減少させることができるという報告がなされました。

2 炎症が引き起こされた歯周ポケット内では、免疫を担当する細胞から血液中にIL1、TNF- α などの「サイトカイン」という炎症の情報伝達物質が放出されます。このサイトカインが過剰に分泌されると炎症は加速され、歯周組織を破壊する酵素が増加し歯周病がさらに増悪化するのですが、妊婦の体内では「血中のサイトカイン濃度は出産のゴール」とみなされています。そのため正常出産以前(妊娠37週未満)に血中サイトカインが高まると間違って子宮筋を収縮させるスイッチが入ってしまうのです。これが早産の原因と考えられています。正常妊婦に対して切迫早産の妊婦の歯周病菌数は4.5倍多かったという報告もされています。妊娠後でもできるだけ早く歯周治療を開始することで、早産・低体重児出産のリスクは減らすことが可能と言えます。

3 一般的に妊娠すると歯肉炎にかかりやすく悪化しやすくなると言われています。妊娠によるつわりや体調不良が原因で歯みがきが困難になり、不潔性歯肉炎をひきおこすのです。もうひとつ興味深いことは、歯肉炎には女性ホルモンが大きくかかわっている、ということです。ライフステージにおいて女性はホルモン変化がダイナミックに起こります。月経がはじまる3～4日前や妊娠により血中の女性ホルモン(エストロゲン)量が増加すると、歯肉溝中浸出液の分泌は盛んになり炎症反応も強くなり、わずかな刺激でも出血し

やすくなるのです。また、歯周病菌の中のP.インターメディア(P.i)はエストロゲンを栄養とし歯肉ポケット内で増殖し歯周組織の破壊を起こす起因となります。着床が起こり胎盤の発育とともに黄体ホルモンであるプロゲステロンが増加すると、このホルモンはさらに炎症のもとであるプロスタグランジンを刺激し炎症は加速度的になります。この現象は妊婦だけでなく閉経前の女性にも月経周期において同様に起こるのですが、妊娠中は10か月を通して歯周組織に炎症が生じやすく、進行しやすい状態が持続し、またこのホルモンは妊娠終期には月経時の10～30倍になると言われているため非常に悪化しやすくなるのです。そのため妊娠期には口腔衛生管理がさらに重要なのです。妊娠すると歯が悪くなる、と言うのは真実のようです。



妊娠24週の口腔内、歯肉の炎症が著しく自然に出血します



1か月のケアでかなり改善してきました

(写真提供:小林歯科医院)

健康な赤ちゃんを出産するために必要なこと

歯周病は痛みを伴わず、静かに長い時間をかけて進行していく慢性疾患です。ですから本来は妊娠してから気づくのでは遅すぎるといえます。妊娠時には限られた治療しか受けることはできません。しかし、妊娠がわかっただけでできるだけ早く歯周病検査を受け、適切な治療、指導を受けましょう。また、女性のホルモン周期とも関連しているため早い年齢からまず歯周病に対しての関心を持ち、自分に歯周病菌が感染しているのか、歯周病はどれだけ進行しているのかを専門的検査で把握することも大切です。歯周病は治療可能なだけでなく、予防も十分可能な疾患です。生まれてくる元気な赤ちゃんのために、そしてあなた自身のためにも確実な歯周病予防を指導してもらい、定期的に歯科衛生士によるケアを受ける習慣を続けてください。