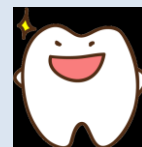


## 知らないとコワイ… 認知症と歯周病



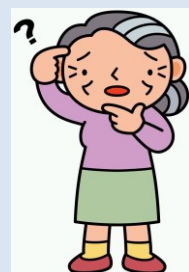
認知症とは、ちょっとした物忘れから始まって、日付けを間違えたり、場所や人、時間を覚えられなくなったり、さらには妄想まで現れてしまうといった脳の病気です。

誰もが予防したい病気ですが、歯周病を防ぐことは、認知症を予防することにもつながるのです。

### 歯周病対策で脳卒中を防ぐことが認知症を減らす

認知症には、脳血管性とアルツハイマー型の 2 種類があります。

脳血管性認知症の原因は脳卒中。脳卒中は、動脈硬化が脳の血管でおこるものですから、予防には動脈硬化を防ぐことが大切なポイント。歯周病菌が動脈硬化を促進しますので、歯周病菌を防いで動脈硬化のリスクを減らすことが、脳血管性の認知症のリスクを減らすことになります。



よく噛むことが脳への刺激となる！！



### アルツハイマー型認知症にも歯周病が関係

アルツハイマー型認知症は、脳に萎縮が見られるのが特徴の病気。CT(コンピューター断層撮影)画像診査での調査で、残っている歯が少ない人ほど脳の萎縮が進んでいたという報告があります。

さらに、アルツハイマー型認知症の人のほうが、健康な人より残っている歯が少なかったのです。

噛むことで刺激が歯根膜から脳へ伝わり、アセチルコリン(学習能力に深く関わる伝達物質)を増やします。この伝達物質の量が減るとアルツハイマー型認知症を引き起こす原因になると考えられています。歯周病を予防して歯を保つことは、アルツハイマー型認知症を防ぐことにも影響しています。

