



## 亀の井歯科かわら版

晩秋号 vol.13



今年も僅かになりました。春に震災が起こり原発事故の影響で流山も放射線ホットスポットだとか。それでも東日本の復興が少しずつ進むように前向きにいきましょう。当院は11月で6年目を迎えます。今後も皆さまが健康になる機会を提供するためスタッフ一同日々努力していきます。引き続きよろしくお願い致します。

### 歯周病と骨粗鬆症の関係を知っていますか？ (宮久保)

40歳以上の日本人の8割がかかっているといわれている歯周病ですが、歯周病が全身のさまざまな疾患に悪影響を及ぼしています。(かわら版 vol.3 参照)

骨粗鬆症と歯周病の関係もその代表的な例として研究者の注目を集めています。

骨粗鬆症とは、骨に含まれるカルシウムが少なくなり、骨の密度が減少する「骨の病気」です。骨がスカスカになるため骨折しやすくなり、症状は年齢と共に進行すると言われています。原因は、女性ホルモンのエストロゲンの減少と関連すると考えられています。

一方、歯科が治療に取り組む歯周病も、歯を支える骨が破壊されることから同様に「骨の病気」といえます。歯周病の始まりは歯周病菌が引き起こす歯肉の炎症なのですが、細菌が歯肉の深部に侵入するとそれが引き金となって、徐々に歯を支えている骨を溶かしてしまいます。最近の研究では骨粗鬆症も歯周病と同様に歯の周りの骨を溶かすこと、そして双方の骨を溶かすメカニズムが極めて類似しているということも解明され、米国全国健康栄養調査でもカルシウムの摂取が少ないと歯周病になりやすいとの報告もされています。

骨粗鬆症やエストロゲン分泌低下、カルシウムの摂取不足が直接歯周病を起こす事はありませんが歯周病を悪化させる因子であることは数々の研究で明らかになってきています。

日頃から骨粗鬆症や歯周病の予防のためにカルシウムを多く含んだ食品を積極的に摂取しましょう。例えば乳製品や小魚、野菜では大根、小松菜、モロヘイヤがカルシウムを多く含んでいるといわれています。カルシウム剤だけに頼らずにできるだけバランスよく自然食品から摂取することが望ましいです。

又、骨粗鬆症の治療薬の一種であるビスフォスフォネート剤（BP製剤）は顎骨壊死を発症する危険性が指摘されています。BP製剤を服用している患者さんに抜歯等の歯科治療を行なった場合骨がむき出しになり骨の壊死が起こったことが報告されています。但し服用している全てのひとに起こるわけではありません。医療にとってはなくてはならない薬ではありながら困った副作用もあります。

歯科治療を受ける際には必ず服用している薬をお知らせください。

亀の井歯科



## 薬と飲み物の相互作用 (黒川)

一般に、薬は水やぬるま湯で服用することが理想的といわれています。

これは水以外の飲み物と薬と一緒に飲んだ場合、組み合わせによっては相互作用がおこって、薬の効き目が左右されたり、あるいは、副作用が発現しやすくなるなど影響がでたりするからです。薬と飲み物の相互作用はどこで起こるのでしょうか？

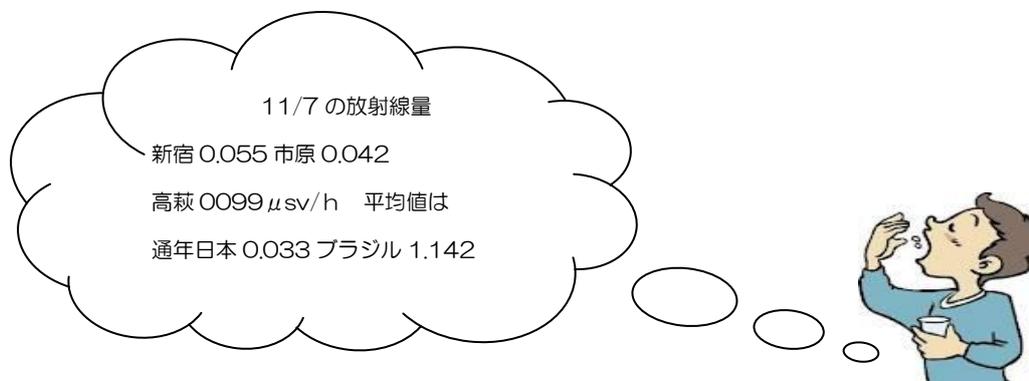
一般的に服用した薬は主に小腸から体内へ吸収され、血液の流れに乗って肝臓、さらに心臓を経て全身へと送られ効果を発揮します。薬と飲み物の相互関係は、主に、飲み物に含まれている成分が小腸での薬の吸収や薬物代謝酵素の働きに何らかの影響を与えるために起きると考えられています。

**グレープフルーツジュースと薬** (一部の高脂血症の薬、一部の高血圧・狭心症の薬、一部の睡眠薬など) グレープフルーツに含まれる特有の成分が小腸の薬物代謝酵素の働きを妨害することにより、薬の代謝が遅れ、血液中の薬物濃度が異常に上昇して、薬が効き過ぎることがある。

**牛乳と薬** 一部の抗菌薬牛乳に含まれる大量のカルシウムが薬と結合し、消化管からの薬の吸収を低下させるため、効果が弱まることがあります。一部の抗真菌薬脂肪分によく溶ける性質のある一部の抗真菌薬は、脂肪分の多い牛乳と一緒に飲むと消化管からの吸収が促進され、薬が効き過ぎることがあります。

**炭酸飲料と薬** 一部の解熱鎮痛剤炭酸飲料は、炭酸ガスにより飲み物自体が酸性になっています。このため酸性の状態では消化管からの吸収が低下する性質のある一部の解熱鎮痛薬を炭酸飲料で飲むと血液中の薬物濃度が低下し、効果が弱まることがあります。

これらの相互作用は、患者さん一人ひとりの体質や体調に左右されることもあり、誰にでも一様におこるわけではありません。また同じ働きをもつ薬でも成分によって相互作用が起こるものと起こらないものがあります。自己判断をせず、薬は医師・歯科医師の指示に従い正しく服用しましょう。



亀の井歯科