

# 歯と全身疾患の関係 No.1 骨粗鬆症

きらり。

No.26

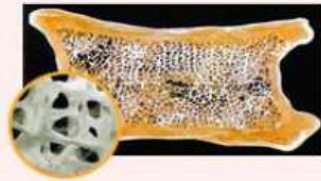
2018.1.25

千曲中央病院歯科  
TEL026-273-2130

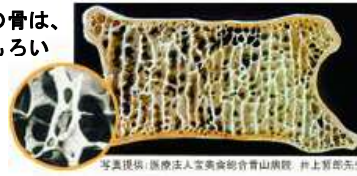
骨粗鬆症とは

閉経後の女性に好発する骨の病気です。エストロゲンという女性ホルモンの減少により、骨の代謝が退化してしまい、骨密度が著しく低下することで起きます。骨が弱くなることで骨折しやすくなり、寝たきりの原因となってしまいます。

健康な人の骨は、  
密度が高くて丈夫



骨粗鬆症の人の骨は、  
スカスカしてもろい



歯周病と骨粗鬆症は一見無関係に見えますが、様々な研究によりその関連性が報告されています。骨粗鬆症により全身の骨がもろくなると、歯を支える歯槽骨ももろくなるため、歯周病による骨の吸収が早まってしまいます。また、エストロゲンには炎症を抑える機能もあるため、分泌が減少することで歯周病菌による炎症が広がりやすくなります。まだ歯周病を起こしていないなくても、歯周病になる可能性が高まり、そして悪化させやすいということが起きるのです。実際に骨粗鬆症の人は、歯周病を併発している人が多く、また病状の進行が早いという傾向があります。

## 骨粗鬆症薬を服用または注射をしている方は要注意！

骨粗鬆症薬の中で**ビスフォスフォネート製剤を3年以上服用中、またはデノスマブ(骨吸収抑制剤)の注射**を受けている場合は、歯科治療に注意が必要です。抜歯などがきっかけで顎の骨が壊死することがあります。(図1、2) 発生頻度は飲み薬で0.3%程度とそれほど高いものではありませんが、一度発生すると治癒は困難になります。

飲み薬だけではなく、**6ヶ月に1度の皮下注射**をしている場合や、**抗がん剤、関節リウマチ治療、免疫抑制薬**している方も歯科治療に注意が必要です。薬の服用や注射を始めた時は、必ずお申し出下さい。

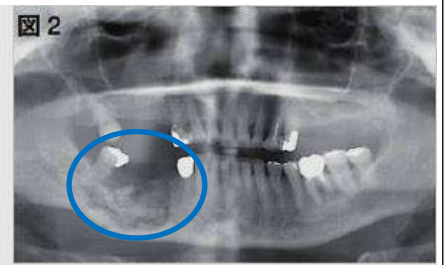


図1 ビスフォスフォネート関連顎骨壊死(BRONJ) 臨床所見 代表例<sup>4)</sup>

## 骨粗鬆症の治療前には歯科検診・歯科治療を受けましょう！

### ビスフォスフォネート製剤 デノスマブ一覧表 (代表的なもの)

	薬品名
経口用製剤 (飲み薬)	フォサマック
	ボナロン
	ベネット
	アクトネル
	ダイドロネル
	リカルボン
	ボンビバ ボノテオ
注射用製剤	ゾメタ
	プラリア
	アレディア
	ビスフォナール
	オンクラストテイロック

骨粗鬆症の治療薬によって、抜歯や歯根の先端に膿がある、合わない義歯の継続使用等の場合などに、顎の骨が腐る、歯髄が炎症を起こす、感染症が重くなるという副作用が発生することがあります。

**安全に医療を受けるためにも、骨粗鬆症治療を開始する前に、必要な歯科治療は終わらせるようにしておきましょう。**

口の中のケアができていないと、副作用が発生しても重くならないと報告されています。定期的なチェックと歯科衛生士のブラッシング指導を受けて、口の状態をいつもきれいにしておきましょう。

そして、毎日の食事も大切です。カルシウムの摂取量が少ないと、歯周病のリスクが高まることがわかっています。カルシウムは骨の材料となり、骨粗鬆症の予防にもなりますから、カルシウムが豊富な牛乳・乳製品、大豆・大豆製品、緑黄色野菜、小魚などを積極的にとるようにしましょう。

また、カルシウムの吸収を助けるビタミンDやビタミンKを含む食品も一緒にとりたいものです。ビタミンDはきくらげ、しらす干し、さけ、いわしなど、ビタミンKは納豆、わかめ、春菊、小松菜、ほうれん草などに多く含まれています。



歯周病で歯を失うと、食べものを噛む力が衰えて、栄養が偏ったり、食事の量が少なくなる恐れがあります。するとカルシウムなどが不足して骨粗鬆症が悪化するという悪循環を招いてしまいます。

そうならないためにも、歯周病と骨粗鬆症と一緒に予防を心がけましょう。