



メタボリックシンドローム

No.20

メタボリックシンドロームとは

肥満症や、高血圧、高脂血症、糖尿病などの生活習慣病は、それぞれが独立した別の病気ではなく肥満(特に内臓に脂肪が蓄積した肥満「内臓脂肪型肥満」といいます)が原因であることがわかってきました。このように内臓脂肪型肥満によって、さまざまな病気が引き起こされやすくなった状態を『メタボリックシンドローム』と言い、治療の対象として考えられるようになってきました。



どんな人が要注意?

診断基準として、必須項目となる内臓脂肪蓄積(内臓脂肪面積100平方cm以上)のマーカーとして、ウエスト周囲径が男性で85cm、女性で90cm以上を『要注意』とし、その中で①血清脂質異常(トリグリセリド値150mg/dL以上、またはHDLコレステロール値40mg/dL未満)②血圧高値(最高血圧130mmHg以上、または最低血圧85mmHg以上)③高血糖(空腹時血糖値110mg/dL)の3項目のうち2つ以上を有する場合をメタボリックシンドロームと診断すると規定しています。<メタボリックシンドローム診断基準検討委員会(委員長:松澤祐次先生)による>

歯科との関連性もあります

ここまで、メタボリックシンドロームの病態についてお話してきましたが、お口の中、いわゆる歯科の分野でも関連がないとはいえません。

メタボリックシンドロームと歯科の分野では、歯周病との関連が問題となってきています。

糖尿病は高血糖により歯肉の表面に傷ができ、細菌が侵入しやすくなり歯周組織を悪化させることが知られています。また、最近では歯周病が糖尿病を悪化させることも判ってきました。このことからわかるよう

に歯周病は口腔内だけではなく、糖尿病、肺炎、動脈硬化をはじめ、さまざまな全身の病気をおこしやすさせている可能性があるようです。

その仕組みを簡単に説明すると、歯周病により歯肉の組織に炎症が起きると、それを引き起こす物質として、腫瘍壊死因子などが出され、血液中に入って全身を回ります。この物質は肝臓を攻撃し、メタボリックシンドロームの元凶である内臓脂肪から、アディポサイトカインといわれるホルモンを分泌して、糖尿病などを引き起こし、動脈硬化につながっていくと考えられます。また、メタボリックシンドロームの人は、糖尿病を発症するリスクは、通常の7~9倍、心筋梗塞や脳卒中を発症するリスクは、約3倍にもなるといわれています。

治療について...

内臓に蓄積した脂肪の解消を促進する運動療法と、食事療法による摂取カロリー制限が基本。症状の重篤度に応じて危険因子(耐糖能異常、脂質代謝異常、高血圧など)に対する薬物療法を並行して実施する場合があります。また、喫煙者であれば血管の収縮と血圧の上昇を防ぐため禁煙努力も並行して行うべきでしょう。禁煙は歯周病予防にも有効ですし...

ただし、「メタボリックシンドローム」は、動脈硬化由来の疾患(狭心症、心筋梗塞、脳卒中など)に至る、いわば「経由地点」の病態であり、心臓ドックや脳ドックなどで明らかな冠動脈の狭窄等が発見された場合はバルーンカテーテル等による血管内療法や、インスリン抵抗性を改善させるための降圧薬(アンデオテンシンII受容体拮抗薬など)投与など検討する必要があります。

終わりに

歯科の観点から歯周病を防ぐことはメタボリックシンドロームの症状の悪化を抑えることが出来る要因の一つと考えることができます。今や歯周病は単に口の中の病気に留まらず、全身疾病の原因の一つであります。歯周疾患の予防は個人では限界があり、定期的な歯科医院での検診、治療が不可欠だと考えられます。



社団法人

柏歯科医師会

Http://www.kamukamu.or.jp

Email:kda@cc.rim.or.jp

