



【奥歯全て失うと動脈硬化リスク倍】

奥歯を全て失った高齢者は、全部ある高齢者に比べて動脈硬化になるリスクが約2倍に高まること、厚生労働省研究班の調査でわかったそうです。



研究班は「奥歯がない人は、かみにくい緑黄色野菜などの摂取量が減るためではないか」としている。

今回、兵庫県内の70歳代の男女約500人について上下左右に4本ずつ計16本の奥歯の状態と動脈硬化との関係を調べた。奥歯が全部ある265人で動脈硬化が見つかった割合は約4割だったのに対し、全て失った121人では約6割だった。喫煙や歯周病などの要因を除外した上で比較したところ、奥歯がない人は、ある人に比べて1.87倍、動脈硬化になりやすいとの結果が出た。

一方、食事状況を尋ねた別の調査では、奥歯が全てない人は、ある人より緑黄色野菜と魚介類の摂取量がそれぞれ15%と12%少なかった。これらは動脈硬化の原因となる血液中の活性酸素や脂質を除去する成分を豊富に含んでいる。

研究班の池辺一典・大阪大准教授は「奥歯がない人は、繊維質が多い野菜や、貝類、干物などを避けてしまうのだ

ろう。入れ歯を使うなどして、しっかりと食べてほしい」と話している。

参照

<http://www.yomidr.yomiuri.co.jp/page.jsp?id=122580>

【下の前歯の生え変わり方】



6歳前後の患者さんで、下の前の乳歯の後ろに、永久歯がはえてきたと、びっくりされて受診される方がいます。

これは多くの子供さんに見られる生え変わり方で、前にある乳歯が抜けた後、永久歯は自然と前の方に移動していきますので心配ありません。

ただ、なかなか乳歯が抜けない場合などは歯科医院を受診し、相談してもらった方が安心だと思います。

