

「沈黙の疾患」 あなたはご存知？ 糖尿病と歯周病



糖尿病

予備軍を含めると、日本人の
約2000万人以上

糖尿病と歯周病の
危険な関係

- ◆ 歯周病が悪化すると、歯周病菌が炎症を引き起こす物質を出し、血液中のインスリンの働きを妨げ、糖尿病が悪化します。
- ◆ 糖尿病の方は歯周病になりやすくなります。

歯周病と糖尿病を並行して治療することで、
相互の改善・向上が図れます。

歯周病

日本人の
約5000万人以上



糖尿病と歯周病チェックリスト

痛みや自覚症状が少ない糖尿病と歯周病。あなたもご自身でチェックしてください。



糖 尿 病

チェックポイント

チェック欄

1	家族(血縁者)に糖尿病の方がいる	☐
2	のどが渇き易く、 水分を多く飲むようになった	☐
3	排尿の回数が多くなった	☐
4	疲れ易くなった	☐
5	体重または腹囲が増えた または体重が減ってきた	☐
6	健康診断などで「血糖値が高い」 「尿に糖が出ている」と 指摘されたことがある	☐
7	甘いものや、脂肪の多いものを よく食べる	☐

※糖尿病と言われたことのある方は、
担当医に必ずお伝えください。



歯 周 病

チェックポイント

チェック欄

1	口が臭いと言われたことがある	☐
2	歯を磨くと出血する	☐
3	歯ぐきが腫れてブヨブヨしている	☐
4	歯の根がみえて冷たいものが 歯にしみる	☐
5	口の中がネバネバする	☐
6	歯がグラグラする	☐
7	食後や寝る前に歯みがきをしない	☐

※歯周病は糖尿病の合併のひとつです。

一つでも該当される方は、医院および歯科医院にてご相談ください。

糖尿病連携手帳(公益社団法人日本糖尿病協会発行)もご活用ください。