

知っていますか？



## 歯周病とからだの病気の関係

歯周病は、成人の8割がかかっている、歯を失う大きな原因です。

最近では、歯を失うことで引き起こされるからだへの影響の他、歯周病菌や歯周病の炎症によって出る物質が血管に入り込み、全身にさまざまな影響を及ぼすことが分かってきています。歯周病を予防して、からだの健康を保ちましょう。



### ●肺炎

飲み込む力が衰えると、飲食物や唾液とともに歯周病菌など口の中の細菌が気管に入り込み、肺炎にかかることがあります。

### ●心筋梗塞

心臓の筋肉に栄養を送る冠動脈が狭くなったり、詰まることでおこる心臓病。歯周病がリスクを高めることがあります。

早めが肝心！  
歯周病予防



日本歯科医師会 PR キャラクター  
「よ坊さん」



### ●心内膜炎

心臓の弁に歯周病菌が感染しておこることがあります。心臓弁膜症など基礎的な病気がある人は要注意。

血糖値



### ●糖尿病

糖尿病の人は免疫力が落ち、歯周病が悪化します。歯周病の炎症によって出る物質が、血糖値を下げるインスリンの働きを悪くし、糖尿病を悪化させるともいわれています。



### ●肥満

肥満はさまざまな生活習慣病の温床です。歯周病にもかかりやすく、お腹の脂肪から出る物質が、歯周病を悪化させることがあります。

肺

心臓

すい臓

お腹

子宮

血管

### ●低体重児・早産

妊娠中に歯周病が悪化すると、歯周病の炎症によって出る物質が子宮へ影響を及ぼし、低体重児出産や早産を招く可能性があるといわれています。

### ●動脈硬化

歯周病菌が血管を傷つけ、コレステロールを取り込み、動脈硬化をおこすと考えられています。



ご質問等は、  
鶴見区福祉保健課 健康づくり係  
TEL 510-1827 まで

参考：横浜市健康福祉局「からだの健康はお口から」  
財団法人8020推進財団「からだの健康は歯と歯ぐきから」



# 最近原因のわかってきた 寄生虫による食中毒



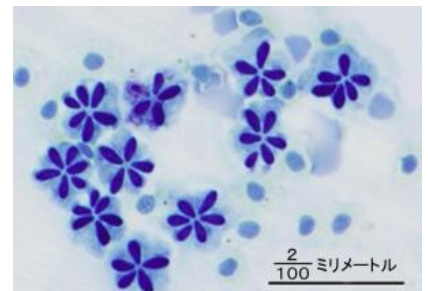
これまで食後数時間程度で一過性の比較的軽い嘔吐・下痢を起こす原因不明の食中毒が全国的に発生していました。

多くの事例で共通食としてヒラメの刺身や馬刺しが提供されており、厚生労働省が全国的な調査を行った結果、ヒラメでは「クドア・セフテンブクタータ」という寄生虫が、馬刺しでは「ザルコシスティス・フェアリー」という寄生虫が関与して食中毒を起こしていることが分かってきましたが、まだ未解明の部分も多く、現在も調査研究が進められています。

そこで今回はこれらの寄生虫についてご紹介します。

## ◎ クドア・セフテンブクタータ

- ヒラメの筋肉にいる寄生虫。
- ヒトには寄生しません。
- 養殖されたヒラメに多く感染している例があるようです。(詳細不明)
- ※国内養殖場ではクドア排除対策が進められています。(水産庁、農林水産省)
- 症状  
食後4～8時間程度で嘔吐、吐気、下痢  
(一過性で比較的軽症)
- 予防  
・凍結処理(-16℃～-20℃で4時間以上)で  
・病原性が失活  
加熱処理(90℃で5分以上)で死滅



独立行政法人  
水産総合研究センター提供  
(引用:農林水産省ホームページ)

寄生虫が含まれる食品を食べたとしても必ず発症するわけではありません。



## ◎ ザルコシスティス・フェアリー

- ウマの筋肉にいる寄生虫。
- ヒトには寄生しません。
- 輸入馬肉は感染率が高いと考えられています。
- 症状  
食後4～8時間程度で下痢、吐気、嘔吐  
(一過性で比較的軽症)
- 予防  
凍結処理(-20℃で48時間以上)で病原性が失活。

ヒラメや馬刺しを生で食べる場合は、販売店などで適切な冷凍処理がされているかどうか確認することがよいでしょう。



お気軽にお問い合わせ下さい  
生活衛生課 食品衛生係  
TEL:510-1842