

# 口腔フローラ検査

認定マイクロバイオーム解析士による  
個別アドバイス付き

口からはじまる全身の健康

生まれたときから、一口食べるたびに  
100万個前後の細菌を飲み込んでいます。

健康な人と疾患を持つ人では、

口腔フローラに違いがあることがわかってきています。

口腔内疾患で糖尿病、肺炎、インフルエンザ、認知症、妊娠トラブル、がん転移・・・

なぜこのような全身疾患を引き起こすのでしょうか？

なぜ「口腔にはその人の人生と教養のレベルが現れる」と言われるのでしょうか？

それは短時間で死に至らない口腔疾患は放置しがちだからです。

そしてケアをしなければ確実に体を蝕んでいきます。

快適な人生を送るために、口腔ケアこそが健康長寿の秘訣といえます。

お名前: 茶谷 和美 様

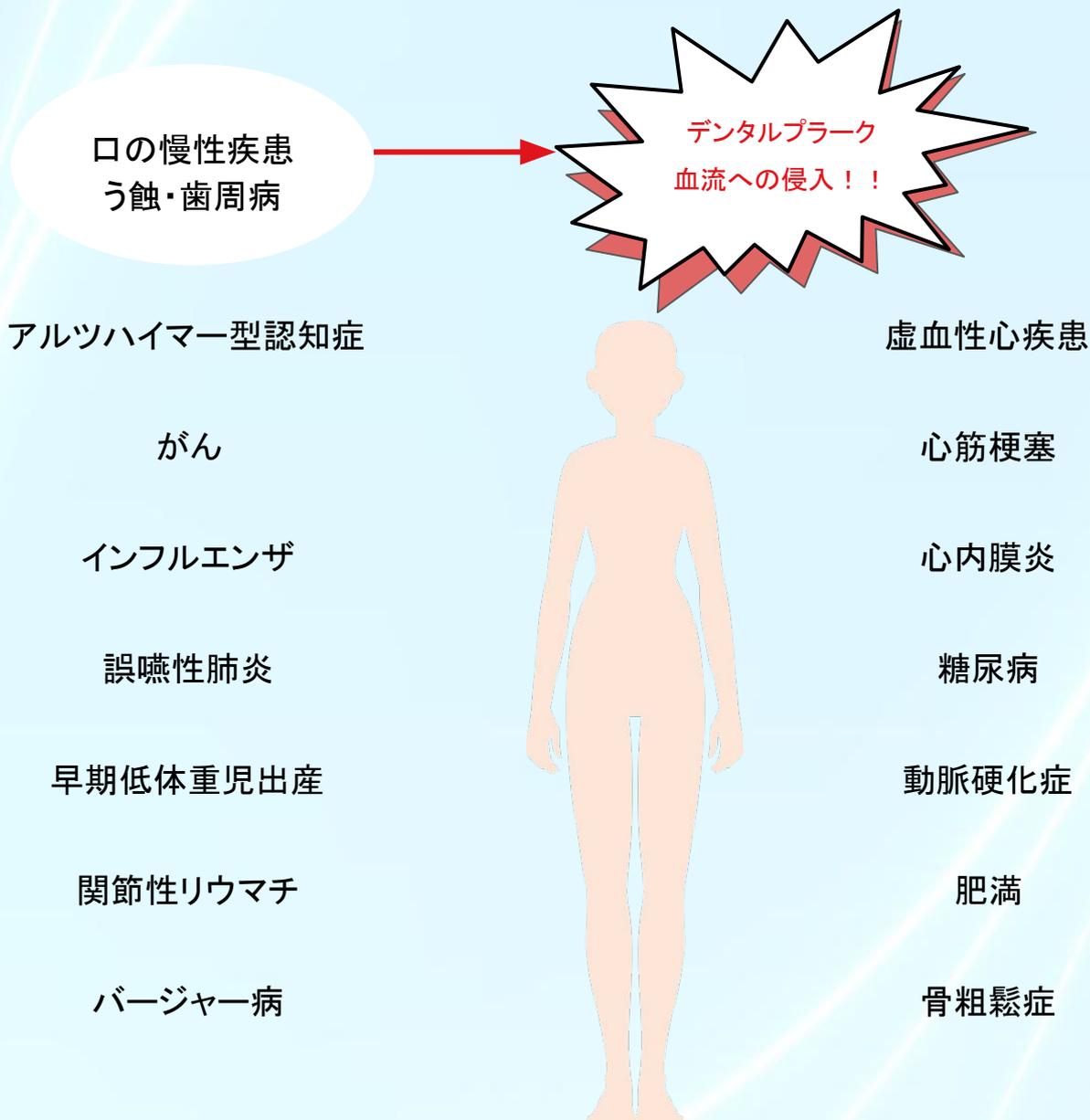
検査日:2023/03/16

検査ID REG-O-0038

MB解析担当: 大村 佳子

# むし歯も歯周病も感染症 口腔フローラの乱れが及ぼす全身への悪影響

人の口腔内には、約700種類、約5000億以上ともいわれる細菌の集合体があります。簡単に分類すると善玉菌、悪玉菌、日和見菌の3種類で歯の表面や歯周ポケット、舌など部位によってそれぞれ特有のフローラを構成しています。悪玉菌の割合が高くなりバランスが崩れると、口臭や口の中の粘つきなど、不快な症状が現れたり、むし歯や歯周病を引き起こします。また悪玉菌のひとつである歯周病菌は歯周ポケットに住みつき、歯を支えている骨を溶かすだけではなく、骨内の毛細血管から全身をめぐることで下図の通り感染症や血栓症などさまざまなトラブルを招きます。



歯周病との関連が報告されている主な全身疾患  
今では100以上の全身疾患が歯周病と関係していると言われています

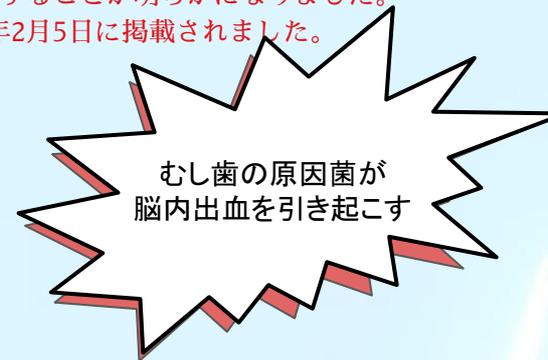
# 01 むし歯

むし歯の病原菌の代表はミュータンス菌です。このミュータンス菌は、私達が食事やおやつなどで摂取する食べ物や飲み物に含まれる糖분을栄養にして増殖し、その際に菌の周囲にネバネバのグルカンというノリのような物質を放出します。これによって歯に強力に付着して、そこでたくさんの細菌の集合体が形成されます。これが増えて歯の表面の白い汚れとなったものが、バイオフィームというものです。バイオフィームは乳酸も作り出し酸性となり、歯の表面のエナメル質を溶かしてしまいます。ひどくなると穴があいてしまい、虫歯ができてしまいます。たかがむし歯と思っていたら、とんでもないことになります。むし歯を放置すると思ってもよらない疾患の原因になります。

ミュータンス菌のうち、血管壁のコラーゲンと結合することで血管の傷口に集まって血小板の止血作用を阻害する性質を持つcnm遺伝子保有株が、脳内で炎症を引き起こし脳出血の発症に関与することが明らかになりました。この研究の成果はNature誌系列のオンライン誌 Scientific Reportsに平成28年2月5日に掲載されました。

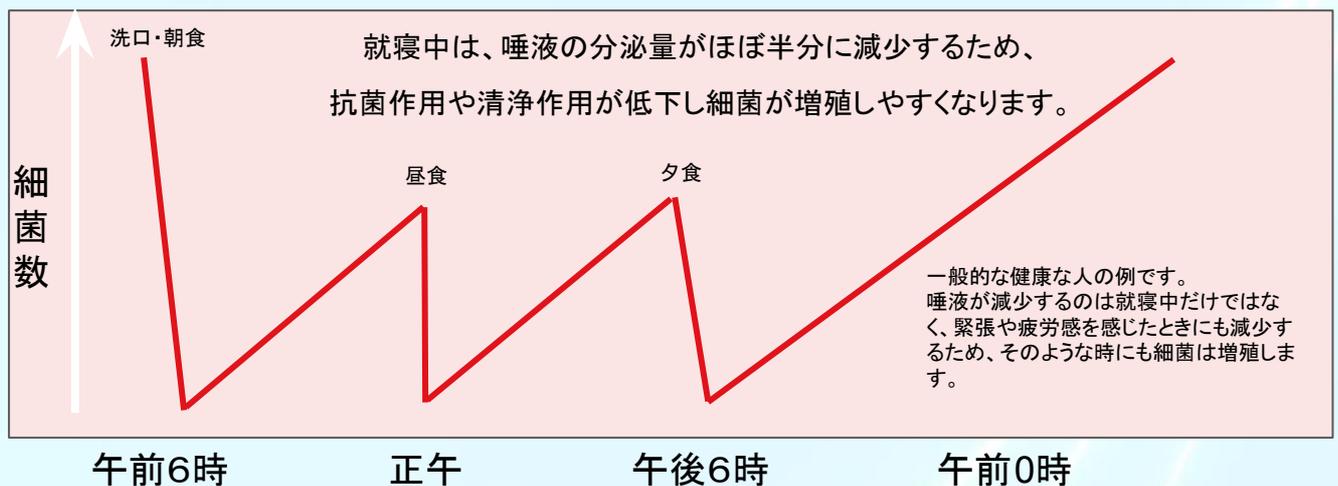
## あなたの口内のう蝕関連菌のチェック

歯冠う蝕関連菌の割合		歯根面う蝕関連菌の割合	
Streptococcus mutans	0.00%	Streptococcus mutans	0.00%
Streptococcus sobrinus	0.00%	Actinomyces viscosus	0.00%



唾液の働きに注目 (消化作用 円滑作用 浄化作用 緩衝作用 再石灰化作用 抗菌作用)

虫歯予防のためには食事と食事の間隔をあけることが第一です。それ以外に食べ物を良く噛んで唾液をたくさん出すと、唾液中に含まれるカルシウムやリンによって歯のエナメル質が修復される再石灰化がおこり、歯を守ることに繋がります。



細菌数は一日の中で変動します。

唾液は食事中に増加し、唾液の産生量が減少する就寝中に細菌数はピークを迎えます。唾液分泌があれば唾液緩衝能によって歯垢（バイオフィーム）の酸は中和され細菌バランスは保たれますが、唾液分泌量が減ると唾液緩衝能が弱まりバイオフィーム内のう蝕関連細菌や歯周病原菌が増加します。

バイオフィーム：歯の表面にいる細菌が食べ物が出す酸を餌にして繁殖したもの。

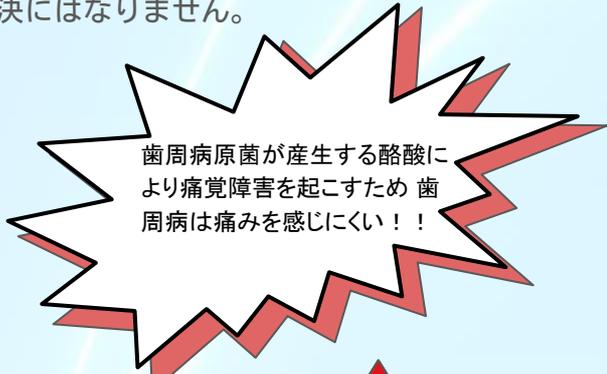
糞便よりもすごい細菌の塊と言われている。

# 02 歯周病

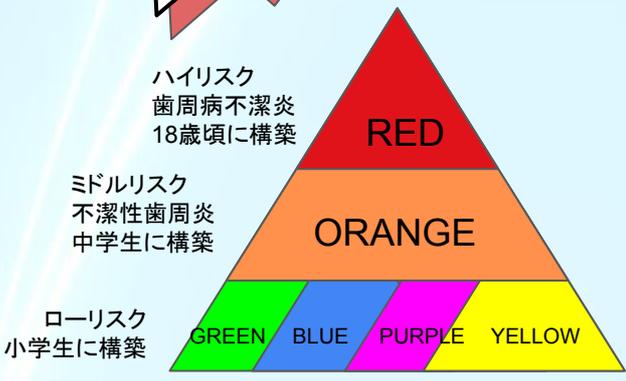
歯周病は細菌感染による慢性の炎症疾患です。

歯周病は「手のひら大の炎症部位が口の中にある」と考えるとわかりやすいです。

深さ5～6ミリの病的な歯周ポケットを持つ歯周病患者は歯28本分で炎症の総面積は、手のひら大（約72cm）になると計算できます。ここから炎症の原因菌や炎症物質が毎日、絶え間なく血液によって全身に供給され続けているのです。体中にどんな疾患が起こっても不思議じゃないのです。原因を取り除かない限り根本的な解決にはなりません。



**あなたの検査結果について**  
 今回あなたの口腔内からはミドルリスクの歯周病原菌のフソバクテリウム ニクレアタムが平均よりやや高め割合で検出されています。このピラミッドではブルーの割合が10%から20%あれば上位の細菌の割合は低めになると言われています。



グループ	検体中の比率
RED	0.00%
ORANGE	1.16%
YELLOW	2.23%
GREEN	0.00%
PURPLE	2.60%
BLUE	10%~20%が良い 0.55%

18歳頃からハイリスク細菌による感染が始まります。今回の検査はハイリスク細菌がすみつく箇所ではない舌の上から検体採取しています。そのためPg菌などは検出されにくくなっています。

歯周病原菌の種類	特徴	割合
● Pg菌 (Porphyromonas gingivalis)	内毒素が骨を溶かし悪臭を放つ	0.00%
● Tt菌 (Tannerella forsythensis)	歯肉組織内及び血管内に侵入増殖	0.00%
● Td菌 (Treponema denticola)	Pg菌と同様タンパク質分解酵素と免疫抑制因子を産生	0.00%
● Pi菌 (Prevotella intermedia)	エストロゲンで生育が促進され、思春期や妊娠期にも増加	0.00%
● Pm菌 (Parvimonas micra)	歯肉縁下の溝から腸に移動できる、発がんに関連	0.00%
● Fn菌 (Fusobacterium nucleatum)	口臭の原因の酪酸菌を産生し、免疫細胞を傷害する	1.16%
● Cr菌 (Campylobacter rectus)	病巣歯肉縁下のプラークから検出される	0.00%
● EC菌 (Eikenella corrodens)	慢性歯周病患者から頻繁に検出される	0.00%
<b>合計</b>		<b>1.16%</b>
		(0.00%が理想)

慢性炎症は万病のもとです。歯周病を放置すると歯周ポケット周囲では炎症が促進され、炎症性サイトカインが長期間産生され続けます。その炎症性サイトカインが血液によって全身に運ばれるためさまざまな問題が起こります。

インフルエンザなどの感染症も歯周病原菌が感染を促進してしまいます。認知症の場合は、口腔ケアの悪化によりう蝕や歯周病により歯を失い、その結果、消化吸収が低下し、全身の筋肉が減り、運動能力低下します。咀嚼刺激が減ることによる思考力が低下し、社会参加の機会も減ります。この一連の流れが認知症の誘因となります。

# 03 リスク判定

飲酒によってがんのリスクが上がる細菌	3.80%
喫煙によって増える細菌	1.16%
禁煙によって減少する細菌	0.00%
大腸がんで増える細菌	1.47%
膵臓がんで増える細菌	0.00%
関節リウマチで増える細菌	0.00%
糖尿病で増える細菌	0.00%
口臭や舌苔が増える細菌	9.34%
口腔がん・舌がんで増える細菌	1.75%
食道せんがんで増える細菌	0.00%
ペットからの細菌	0.00%

● 飲酒で顔が赤くなる人ほど、飲酒による歯周病リスクが高いことがわかっています。

● 喫煙している人は、血流抑制により歯周病の発見が遅れ、歯周組織の弱体化により歯周治療の効果は出にくいことがわかっています。

● 強い口臭は進行した歯周炎の証拠です。

● ペットの口腔内の細菌は人体に悪影響です。幼児、高齢者、闘病中の方は特に注意しましょう。

# 04 良さそうなことをする細菌

アクチノマイセス属	0.55%
シャーリア属	0.00%
ベイヨネラ属	0.00%
ナイセリア属	3.80%
ロシア属	3.66%
一部細菌を除く 合計	8.01%

● 一度感染した口腔内の細菌を完全に除去することはできません。

● プラークが蓄積されると、病原性が高くなります。

● 適切なケアとメンテナンスによって良さそうなことをする細菌を増やして口腔内の環境を整えましょう。

## あなたへのアドバイス

今回の検査結果ではミドルリスク歯周病原菌、フソバクテリウム、ヌクレアタムが平均よりやや高い割合で検出されています。Fnは舌の上に棲息する細菌です。口臭の原因菌で免疫細胞を傷つける細菌です。大腸がんのリスク細菌は平均よりやや高めで3種類検出されています。

舌苔の細菌の割合も高めです。歯性感染症の起原菌の割合もやや高めでした。

今一度口腔ケアの見直しをしてください。今回良さそうな常在菌が全体の半分以下の8.01%と低い割合でした。常在菌(日和見菌)の割合が半分以上を占めていました。

マイクロバイアルシフト(悪玉菌優勢)にならないように日々のケアと定期的な専門家によるメンテナンスによって良さそうなことをする細菌の割合を増やしましょう。特に舌の上の細菌が増殖しないようなケアをしてください。口腔内の環境が改善されることで、全身の健康増進と不調改善につながります。