

歯周病を予防しましょう！

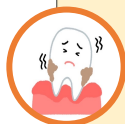
引用・参考：① <https://www.e-healthnet.mhlw.go.jp/information/teeth/h-03-003.html>
② <https://www.jacp.net/perio/about/>

口腔の疾患はさまざまな全身疾患と関連していることが報告されており、口腔の健康状態は全身的健康状態と密接な関連があります。歯周病は、**心疾患や慢性腎臓病、呼吸器疾患、骨粗鬆症、関節リウマチ、悪性新生物（がん）**など、さまざまな全身疾患と関連していることが報告されています。それらのなかにはエビデンスが十分ではないものもありますが、いずれにしても、口腔の健康状態を維持、改善するための歯科治療は、全身的健康状態の維持にとって欠かせないものと考えられます。

歯科の
2
大疾患



むし歯：細菌の作り出す酸によって歯が溶かされて、歯に穴があく病気



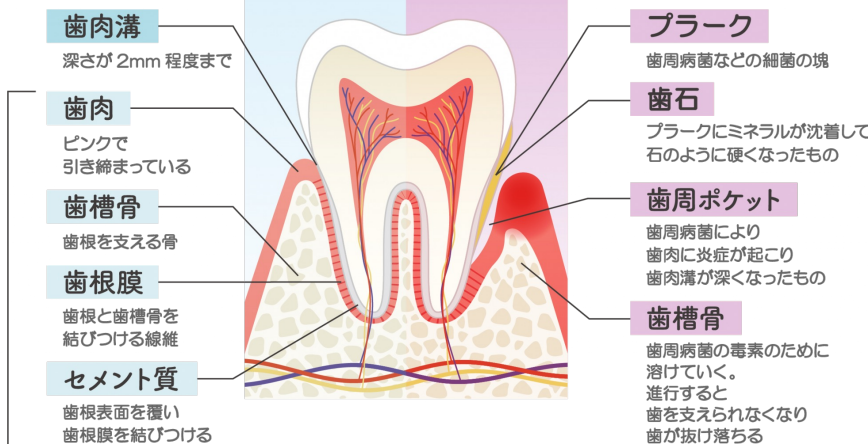
歯周病：歯と歯ぐきの隙間から侵入した細菌が、歯肉に炎症を引き起こした状態で、

それに加えて歯を支える骨を溶かしてグラグラにさせてしまう状態

歯周病の状態とセルフチェックリスト

正常な状態

歯周病



歯周病のセルフチェックリスト

- 朝起きたときに、口のなかがネバネバする。
- 歯みがきのときに出血する。
- 硬いものが噛みにくい。
- 口臭が気になる。
- 歯肉がときどき腫れる。
- 歯肉が下がって、歯と歯の間に隙間ができてきた。
- 歯がグラグラする。

次のことも歯周病を進行させる因子（リスクファクター）となります。

- **糖尿病**
- **喫煙**
- 歯ぎしり、くいしばり、かみしめ
- 不適合な冠や義歯
- 不規則な食習慣
- ストレス
- 全身疾患（糖尿病、骨粗鬆症、ホルモン異常など）
- 薬の長期服用
- 部分的に歯がない（歯がある方で噛むため負担が増加し、歯周病を部分的に進行する）
- 両親が若い時から入れ歯だった
- 口で呼吸することが多い
- 免疫抑制剤を飲んでいる、あるいは免疫低下の状態

このような方は歯周病になりやすい、あるいは進行が早い傾向にあるため、歯科医師に相談することをお勧めします。

歯周病は、予防でき治療も可能です。大切なのは予防、診断、治療、そしてメンテナンスです。



～リハプライドINAMIから～

2024年になりました。今以上にみなさんが元気に過ごせるようサポートさせていただきます！次回もお口に関する内容です。ぜひチェックしてくださいね！

Email : inami@rehaprider.co.jp
TEL : 079-451-7680 FAX : 079-451-7783
担当：船倉