

歯周病と全身疾患の関わり

歯周病は、口の中の細菌によって炎症を引き起こし、やがて歯を支えている組織が徐々に破壊され歯が抜けてしまう病気です。

歯周病は全身の健康と深く関係しています

誤嚥性肺炎

歯周病菌が誤って肺に入り込むことで引き起こされる肺炎



肥満

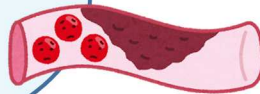
噛む能力の低下がメタボリックシンドロームにつながる



認知症

動脈硬化

歯周病によって生産された炎症物質が血管内に侵入し動脈硬化を引き起こす



糖尿病

高血糖で免疫力が低下して歯周病が悪化する



骨粗鬆症

歯の本数が減ると

悪循環

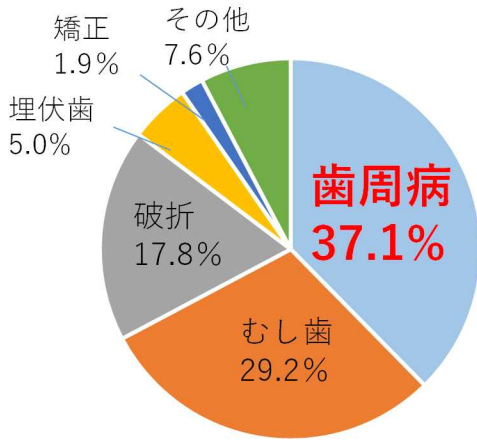
しっかりと噛んで食べられない

意欲・体力低下
・免疫力

低栄養

防ごう歯周病！

大人が歯が抜ける主な原因



(平成30年(公財)8020推進財団調査)

歯周病は、大人の歯が抜ける原因第1位です。いくつになっても自分の歯でおいしく食べるため8020を目指しましょう！(8020とは「80歳になっても自分の歯を20本以上保とう」という運動)



歯周病セルフチェック

当てはまるものにチェックしてみましょう！

- 歯茎が赤く腫れている
- 歯みがきをしたときに歯茎から出血する
- 歯茎が痩せてきた
- 指で触ると歯がグラグラする
- 口臭が気になる

1つでもチェックが入ったら歯医者さんに相談しましょう！



今日からできる歯周病予防

◎禁煙◎

喫煙は歯周病の進行を早め、治りにくくさせます。



◎定期健診の受診◎

歯周病の予防や早期発見には、定期的に歯科健診を受けることが重要です。



◎丁寧な歯磨き◎

歯間ブラシやデンタルフロスなど補助清掃用具を使用しましょう。



問い合わせ先(相談窓口):高知県幡多福祉保健所 TEL0880-34-5120