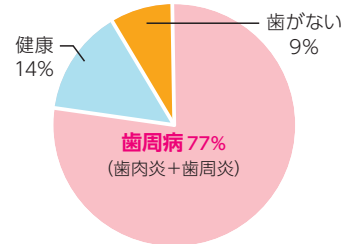


歯周病を予防しましょう

歯周病とは？

歯の周囲の組織（歯肉や歯を支える骨、歯の根の膜など）の病気です。歯肉のみが炎症している早期段階を歯肉炎といい、歯みがきなどの口腔清掃で改善します。炎症が歯肉にとどまらず周囲に広がり、歯を支えている骨がやせていくことを歯周炎といい、放っておくと歯の喪失につながります。歯周病の直接的な原因はプラーク（歯垢）ですが、糖尿病などの全身疾患や喫煙・ストレス・食習慣なども影響します。

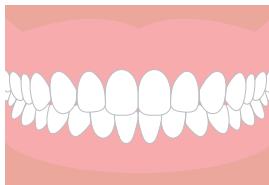
歯周病にかかっている人の割合



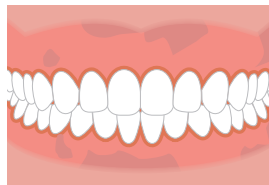
出典：歯科疾患実態調査 (H23)

歯周病の進行

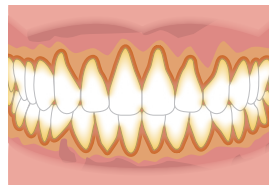
歯周病の特徴として自覚症状に乏しく、気づいた時には症状が進行していることがあります。



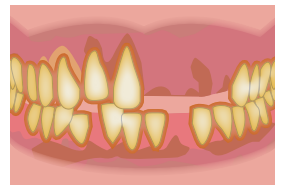
① 健康な歯肉
(ピンク色、引き締まっている)



② 歯肉炎
(赤み、腫れ、出血)



③ 歯周炎
(膿が出る、歯槽骨吸収、歯の根が露出→しみる)



④ 重度歯周炎
(かめない、歯が抜ける)

歯周病チェック！

要注意

- 歯肉の色が赤くなっているところがある。
- 歯みがきの時に血が出ることもある。
- 歯石がついている。
- 歯肉が腫れている。



歯肉炎

歯肉に炎症があると考えられます。適切な歯みがき指導が必要です。

- 固いものを食べると痛い時がある。
- 歯肉を指で押すとぶよぶよする。
- 以前に比べて歯が長くなった気がする。



歯周炎(初期・中等度)

炎症が歯肉全体に広がり歯槽骨に影響が及んでいる可能性があります。

- 歯肉が痛い。
- 膿がでる。
- 歯がぐらぐらする。



歯周炎(重度)

歯を支えている歯槽骨が破壊されている可能性があります。

チェックがある人は早めに受診しよう！

早急な受診を！



歯周病と全身疾患の関係

歯周病は、糖尿病・心臓病・肺炎など全身疾患と関係しています。

心筋梗塞や脳梗塞などになる確率は**3~4倍**、早産、低体重児出産は**3~7倍**ともいわれています。特に糖尿病は相互に関係しているとされており、糖尿病になると歯周病になるリスクは**2倍**になるといわれています。



「肺炎」

口の中の細菌が気管に入り込み、肺炎になることも。高齢者や寝たきりの人など飲み込む力が低下している人は要注意。

「心臓病」

血流によって心臓の内膜に歯周病菌が付着し、心内膜炎などの心臓病を引き起こすことがある。

「糖尿病」

免疫力が低下するため歯周病になりやすく歯周病の悪化は血糖値の調整を妨げる。歯周病の改善は血糖値の改善につながる。

歯周病

つわりなどで口の中の清掃が難しくなりがち。歯周病菌が妊娠・出産に影響することがある。

「早産、低体重児出産」

歯周病で歯を失うとかむ力が衰え、食事によるカルシウム不足を招き悪循環に。

「骨粗しょう症」



元気歯つらつ 愛顔のえひめ!

