

「全身へ影響する歯周病」

No.167

歯周病は歯周病菌の感染により引き起こされる疾患で、歯肉炎（歯ぐきが赤く腫れたり、出血しやすくなる）から、歯周炎（歯を支える骨にまで炎症が広がり、歯がグラグラする）へと進行していきます。また、お口の中のみでなく、細菌が歯肉の血管から身体中をめぐる、全身の健康に影響を与える恐れもあります。特に糖尿病は歯周病と相互関係にあり、歯周病を治療することで糖尿病も改善することが分かっています。



歯周病を予防するために

◆セルフケア

毎日の歯みがきに加え、お口の状況に合わせてデンタルフロスや歯間ブラシ等を使用すると良いでしょう。「みがいたつもり」にならないように、お口の中を鏡で確認しながら行うこともおすすめです。

◆プロフェッショナルケア

自身では取れない歯垢や歯石を歯科医院にて除去し、お口の中をよりきれいにします。また、定期的に検診を受けることで、歯周病やむし歯の早期発見・早期治療につながります。

歯周病は自覚症状が少ないため、「気付いたときには症状が進んでしまっていた」とならないよう、日々の予防が大切です。普段のお口のケアと歯科医院での定期検診を忘れずに、歯周病予防をしていきましょう。

茂原市保健センター YouTubeチャンネルにて動画を配信中です！ぜひご覧ください！



▲YouTube
チャンネル

問合せ 保健センター ☎(25)1725 FAX (25)1865