

歯周病

たかが歯ぐきの病気、と軽く考えていませんか？
歯周病は全身の病気に関わるため、
毎日の歯磨きで予防・改善することが大切です。

歯周病は心臓病や糖尿病とも関わっています

歯周病は、「歯周病菌」によって歯ぐきや歯槽骨が破壊される病気。成人の約8割がかかっているといわれ、噛む力が弱くなるだけでなく全身の病気にも関わっていることが明らかになっています。

噛むことは脳を活性化させますが、残っている歯が少ない人ほど脳の萎縮が進み、認知症になりやすくなることがわかっています。

認知症

食べ物や唾液が誤って肺に入ると起こる「誤嚥性肺炎」を起こした人から歯周病菌が多く見つかっています。

肺炎

心筋梗塞

歯周病の炎症から出る「TNF-α」が、インスリンの働きを悪くして糖尿病を悪化させます。

糖尿病

早産・低体重児出産

歯周病

歯周病菌

動脈硬化の血管壁から歯周病菌が検出されています。歯周病菌が心臓に達すると、心臓病のリスクが高くなります。

こんなセルフケアがおすすめです



まずは
歯みがきが大事！



歯みがき粉は、
「むし歯予防」「歯周病対策」
「知覚過敏」「ホワイトニング」
など用途に合わせて

歯医者さんは
早めに行こう



デンタルフロスを使うと
歯垢がもっと落ちるよ
(糸巻きタイプとホルダータイプがあります)



歯間ブラシは、
自分の歯の隙間に合った
サイズを選ぼう

定期的に
歯医者さんで
ケアをしてもらおう
と安心だね



インプラントは
保険適用外で



1本30～50万円かかります

歯を失った場合に、インプラント(人工歯根)を入れる治療が普及しています。ただ、インプラントは基本的には健康保険の適用外で、1本当たり30～50万円が全額自己負担となり、治療後のメンテナンスも必要です。できるだけ自分の歯を残せるよう予防しましょう。