

全身の健康のためにも

歯科健診を受けましょう



歯科健診を受ける機会は生涯にわたってたくさんあります。

「生涯歯科健診」が大切！

国の大きな政策の一つです！

乳幼児歯科健診（1.6歳児・3歳児歯科健診等）

学校歯科健診（小・中・高等学校等）

後期高齢者歯科健診（75歳以上）

※ 市町村により節目健診等もあります

あれ、健診のない時期があることに気が付きましたか？

学校を卒業してからは、公的な歯科健診の機会がありません。

自己管理・自己責任ということですから。事業所健診にも歯科健診は任意のため、仕事で忙しい、痛くないなどの理由で歯科受診が先送りになっているようです。

「働き盛り世代」は特に、自覚症状のない「歯周病」が進み、気がついた時には重症化するため、治療費や時間がかかります。

定期歯科健診を受けましょう

歯科健診の内容

- ① むし歯・かぶせ物・詰め物などのチェック
- ② 歯ぐきや口の粘膜の健康状態のチェック
- ③ かみ合わせや歯ぎしりなどのチェック
- ④ 正しいブラッシング方法の指導など

「悪くならないための定期的な受診」が大切です。歯と口の健康は、全身の健康維持・増進につながります。糖尿病や心臓病・認知症など全身疾患との関係も分かっています。

かかりつけ歯科医を持ちましょう！

生涯の心強い健康-健口のパートナーです。



定期的に
歯科健診を受けましょう

健康な
からだは
けんこう
健口から



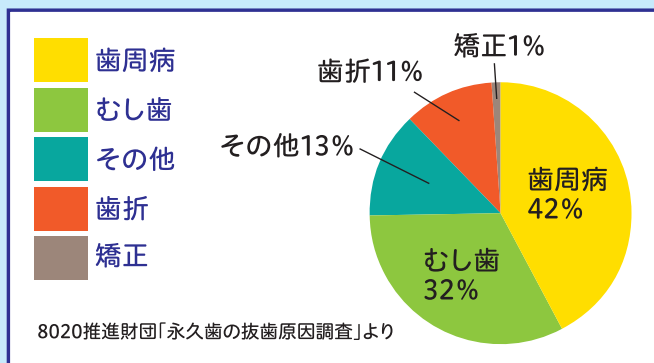
歯周病は 歯を失う 原因の第1位



中高年の8割以上が歯周病にかかっています。

歯を失う主な原因になっている他、
全身のさまざまな病気にも関わっています。

永久歯の抜歯の原因



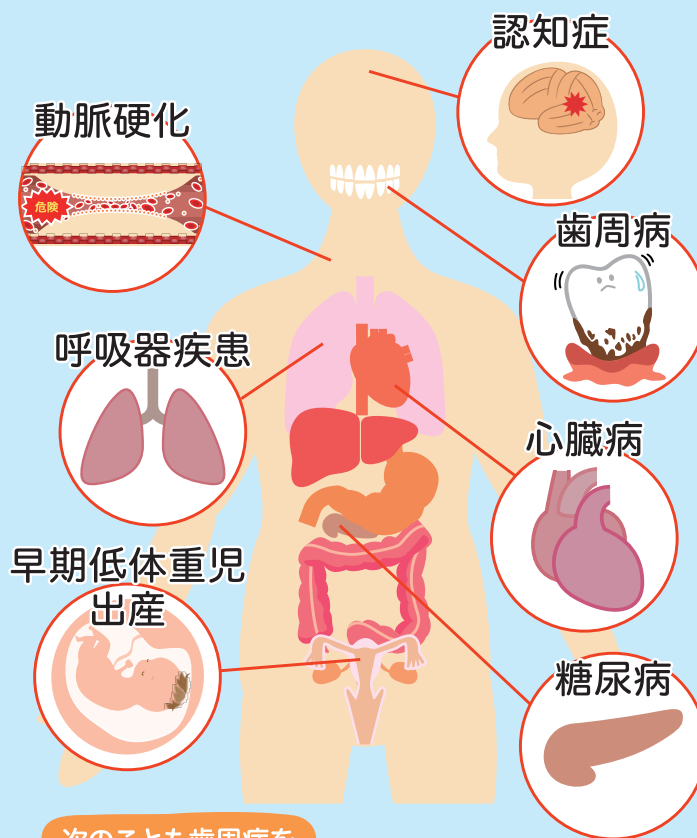
歯周病は、歯周プラーク（歯垢）の中の歯周病菌が歯ぐきに炎症を起こし、周りの組織を破壊していく細菌感染症です。



歯周病はサイレントキラー
「静かな殺し屋」とも呼ばれています

歯周病の脅威は、 口の中だけに 溜まりません！

歯周病が全身に影響します



次のことも歯周病を

進行させる因子となります

喫煙



糖尿病



過度の咬み合わせ



合わない被せ物



肥満



ストレス



歯周病の セルフチェック

1. 口が臭いと言われることがある
2. 朝起きた時、口の中がネバネバしていることがある
3. 歯磨きをした時によく出血する
4. 歯ぐきがかゆくなったりムズムズしたりすることがある
5. 歯ぐきを押すと膿が出ることもある
6. 最近、歯並びが悪くなってきた気がする
7. 最近、歯が長くなってきた気がする
8. 糖尿病を患っている
9. 喫煙者である
10. 35歳以上である

※ 該当する項目が多ければ多いほど、歯周病である可能性が高くなります。

歯周病から 歯・からだを守るための 最善の方法は「予防」です

歯周病から「歯・からだ」を守るには「予防」・「治療」が大切です。家庭での「セルフケア」ならびに歯科医院での専門的な「プロフェッショナルケア」が大切です。かかりつけ歯科医を持ち、定期的な健診を受けましょう。