

歯周病検診の受診券が届いた皆さん

10年に1度

歯周病検診を受けられるチャンスです！

歯を失う原因のほとんどが
歯周病と**虫歯**です。

歯周病とは、歯についた歯垢（プラーク）の中の歯周病菌が歯茎に炎症を起こす状態をいいます。
放っておくと歯を支える組織を破壊し続け、歯が抜け落ちてしまいます。



健康な歯茎

悪化した歯茎



あなたの歯、大丈夫ですか？



セルフチェック

- 朝起きた時に、口の中がネバネバする。
- 歯みがきの時に、出血する。
- 硬いものが噛みにくい。
- 口臭が気になる
- 歯茎がときどき腫れる。
- 歯肉が下がり、歯と歯の間にすきまができた。
- 歯がグラグラする。

参考文献：厚生労働省 生活習慣病予防のための健康情報サイト



**上記に当てはまるものがあれば歯周病の可能性ががあります！
10年に1度のチャンスである歯周病検診を受けましょう！**



歯周病が全身に及ぼす影響

歯周病は歯と口だけの問題ではありません。歯周病の原因となる細菌や有害物質などが全身に回ることによって、様々な病気に影響することが確認されています。

脳梗塞

歯周病菌が血液に入ると、動脈硬化を促進する物質が出て、血管を狭めたり血管が詰まりやすくなり、脳梗塞を引き起こす危険性があります。

肺炎

歯周病菌が混じった食べ物や唾液が誤って肺に入ると、誤嚥性肺炎が起きます。お口の中を清潔に保つことは肺炎の危険性を低くします。

糖尿病

糖尿病と歯周病とは密接な関係にあります。糖尿病により免疫力が低下すると歯周病をもたらし、歯周病が進行するとインスリンの働きを低下させ糖尿病が悪化します。

骨粗しょう症

骨の密度が減って骨折しやすくなる病気です。骨粗しょう症の人が歯周病になると歯を支える骨が急激にやせてしまいます。

認知症

歯周病が進行し、食べ物が噛めなくなると脳への刺激が減ります。また、歯周病菌に対抗するため免疫細胞の過剰反応により、アルツハイマー型認知症の原因物質が体内に増えます。

心内膜炎

歯周病菌が血液を介して心臓の弁に付着することで感染性心内膜炎を引き起こす危険性があります。

肥満

よく噛めなくなると満腹中枢が働きにくくなり、食べ過ぎてしまいます。よく噛むことで唾液が沢山出てお口の中が綺麗になり歯周病の予防にもなります。

早産・胎児の低体重

妊娠中は歯周病やむし歯になりやすいです。また、歯周病菌の影響で子宮の収縮を早め、早産や胎児の低体重につながります。

いつまでも自分の歯で
食べたい！

日ごろの丁寧な歯みがきと
定期的な歯科受診が
自分の歯を長持ちさせるために大切です！



【問合せ先】

苫小牧市健康支援課 TEL (0144) 32-6410 / 32-6407

FAX (0144) 32-4322

苫小牧市 歯周病検診

検索