

「かかりつけ歯科」

があれば安心!

高知県と高知県歯科医師会は、1人でも多くの県民のみなさまの健口と全身の健康に寄り添います

生活習慣病の
予防には

特定健診と
定期的な歯科健診を
受ける事が大切です



かかりつけ歯科医

定期的な歯科健診を
受けましょう!

薬だけでなく
血圧・たばこ等
健康に関することも
ご相談ください



かかりつけ薬剤師



かかりつけ医

特定健診を
受けましょう!

あなたの健康づくりを応援します!

歯周病セルフチェック

- 朝起きると口の中がネバネバする
- 歯の表面に白い歯垢や歯石がたくさんついている。
- 最近口が臭い(臭う)と言われたり感じたりしている。
- 歯と歯の間に食べ物がよくはさまる。
- 歯ぐきが赤く腫れている。
- 歯が長くなったように見える。
- 歯がぐらぐらする。
- 硬いものがよくかめない。
- 歯ぐきを押しすと血や膿がでる。
- 歯を磨いたら血が出る。
- 歯がしみる。

1つでも
当てはまる方は
要注意!

年に2回は

歯科健診

お口の健康(健口)は
全身の健康に繋がります!

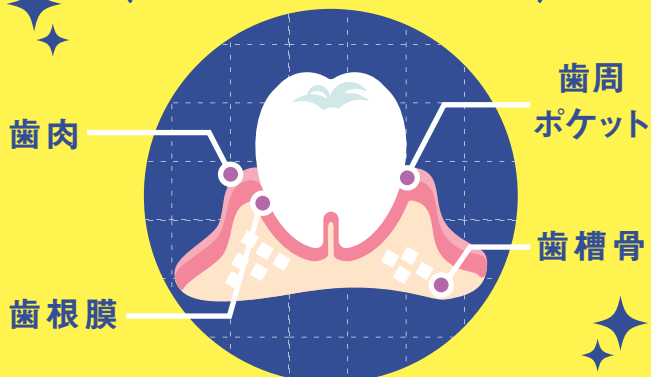


高知県
Kochi Prefecture

歯周病とは？

かつては歯槽膿漏と呼ばれていた、歯に付着した細菌の塊（歯垢）によって引き起こされる感染症です。歯周病は痛みなどの自覚症状がほとんどなく、歯科受診をした時には既に深刻な状態にまで進行していることも多い恐ろしい病気です。

健康で正常な状態



歯と歯ぐきの間もなく、歯ぐきが引き締まっている。



軽度歯周病

歯ぐきが赤く腫れ上がり、歯を磨いたり硬いものを食べると出血することもある。



中等度歯周病

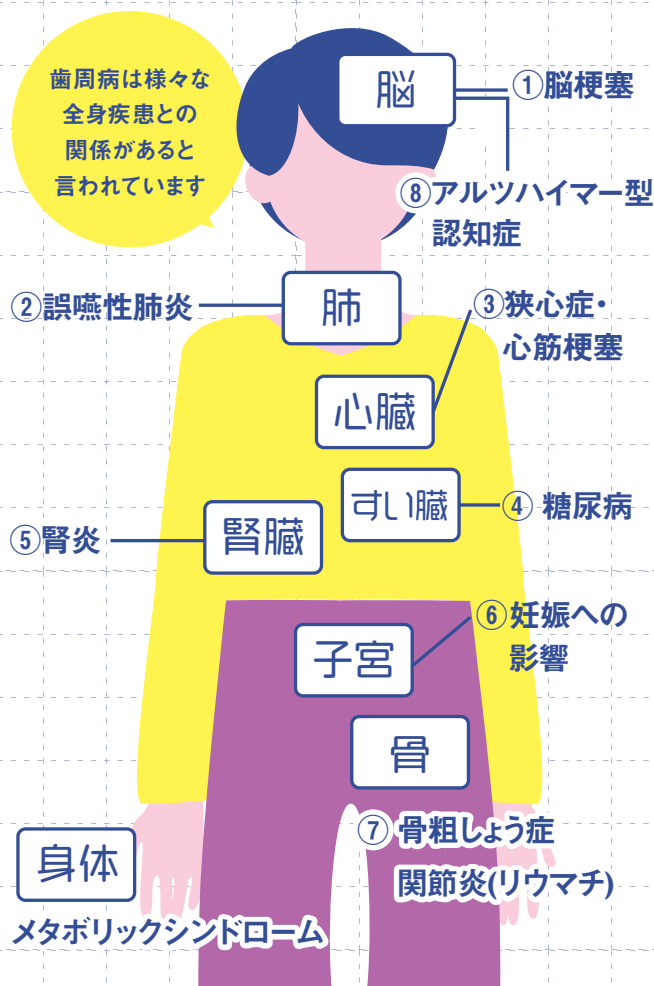
ポケットの炎症が慢性化して、骨が溶け始める。口臭もあり、歯が浮いたような感じがする。



重度歯周病

歯根を支えている骨がほとんど溶けてしまう。歯根が露出し歯のグラつきがひどくなる。

お口の健康（健口）が全身の健康に繋がるって知ってますか？



タバコに要注意！

タバコの煙にはニコチンや発癌性物質などの有害物質が含まれています。喫煙者は非喫煙者に比べ歯周病が悪化しやすく、歯を失うリスクが高くなります。

①脳梗塞

歯周病により、血管壁に炎症を起こし血流が悪くなり脳梗塞などを引き起こすと考えられています。

②誤嚥性肺炎

唾液中の歯周病菌などが誤って気管に入り、肺が感染して起こります。

③狭心症・心筋梗塞

心臓の血管壁に炎症や動脈硬化を起こし狭心症や心筋梗塞を引き起こします。

④糖尿病

歯周病の炎症物質がインスリンの働きを低下させ、血糖値が下がりにくくなり、糖尿病を引き起こします。

⑤腎炎

口の中の細菌等が全身の血流に侵入し、腎臓の機能に悪影響を与えられています。

⑥妊娠への影響

歯周病による炎症性物質がへその緒を通して影響し、早産や低出生体重児出産のリスクが高くなると考えられています。

⑦骨粗しょう症・関節炎(リウマチ)

更年期以降の女性に多く、骨がもろくなり骨折のリスクが高くなる病気です。女性ホルモンの減少により炎症性サイトカインが増加し歯周病が進行すると考えられています。

⑧アルツハイマー型認知症

歯周病菌が記憶障害などを引き起こすアミロイドβを作り出し、血液を介して脳内に溜まるとアルツハイマー型認知症の発症につながる可能性があります。