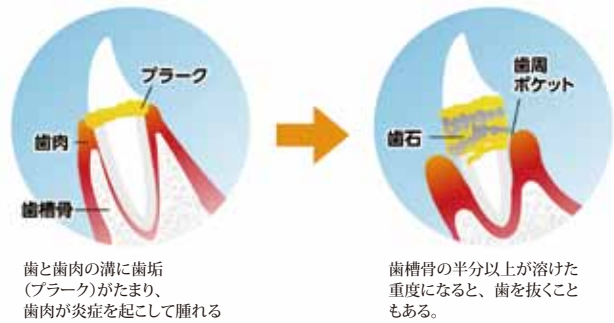


歯周病を予防しましょう！

日本人の約半数(47.9%)がかかっている歯周病ですが、全身に悪影響を及ぼすことをご存知でしょうか。歯周病を予防して、歯と体の健康を保ちましょう。

歯周病とはどんな病気？

歯周病とは、口に残った汚れ(プラーク)が原因の細菌が引き起こす病気です。プラークをそのままにしておくと硬い歯石となり、さらにプラークが溜まりやすくなって、やがて歯を支える骨が溶けて歯が抜けてしまいます。さらには、歯周病になると口の中の細菌や炎症物質が歯周ポケットから血管に入り込んだり、唾液と一緒に飲み込まれたりして、全身に広がります。



(引用：日本歯科医師会ホームページ)

歯周病による全身への悪影響

糖尿病	歯周病によって生じた炎症物質が血管に入ると、インスリンの働きを鈍らせるため、糖尿病を発症・進行させます。一方で、歯周病を治療することで糖尿病が改善するとも言われています。
動脈硬化	歯周病菌が血管に入り込むと、炎症を起こす物質が集まって血管が狭く硬くなり、心筋梗塞や脳梗塞になるリスクが高まります。
大腸がん	歯周病菌の一部が胃液で死滅せず腸まで到達すると、大腸がんの発がんや進行に影響するとされています。
認知症	歯周病菌の一種が認知症患者の脳脊髄液から検出され、菌が出す毒素が脳内に存在することが確認されています。また歯が抜けたり弱くなったりすることで、かむ力や回数が減り、脳への刺激が少なくなり記憶力の低下を招きます。
転倒リスク	歯周病によって失った歯をそのままにしておくと、筋力のバランスが崩れ、転倒しやすくなります。

歯周病予防のため、丁寧な歯みがきで口の中を清潔に保ちましょう。また、歯周病の初期段階では自覚症状がないので、気づかずに進行してしまう可能性があります。定期的な歯科検診で予防、また早期発見に努めましょう。



けんこう
◀ 健口チェック
(日本歯科医師会)



(引用：日本歯科医師会ホームページ)

あすてらす健康相談室の案内

健康相談(予約制)、血圧測定、検尿などを行っています。お気軽にご相談ください。

☎72-6682 毎週月～金曜日 9時～11時/13時～16時(あすてらす休館日を除く)