

歯肉炎の治療

歯肉炎を確実に治すには



“かかりつけ歯科医”で
適切な歯みがき法を
習って実施。



元の健康な歯肉



自分に合った口の清掃方法を見つけるために、かかりつけ歯科医師や歯科衛生士に相談しましょう。さらに再発を防止するために、“かかりつけ歯科医”で定期的に診てもらうことをお勧めします。

“かかりつけ歯科医”を持つと、

- ①口の中全体を把握している“かかりつけ”なので、急な病気や事故の時にでも安心して治療を受けられます。また、気軽に相談もできます。
- ②定期的な歯科健診の時期を教えてくれるので、病気の早期発見と予防処置を忘れずに受けられます。
- ③専門的な治療や検査が必要な時、適した医療機関に紹介してもらうことができます。

など多くのメリットがあります。“かかりつけ歯科医”と長く上手に付き合い、生涯の口の健康を守りましょう。

歯肉炎は治ります!!



1. 歯肉炎とは?

歯ぐきの表面が腫れて出血します。ひどくなると歯周炎(歯槽膿漏)になります。

2. 歯肉炎の原因は?

歯についた白いネバネバ(歯垢)は、細菌の塊です。これが歯ぐきを刺激します。

3. 歯肉炎の治し方

歯みがきで歯をきれいにすると治ります。歯石はかかりつけ歯科医で除去します。

4. 歯のみがき方

歯と歯ぐきの境目は歯ブラシで、歯と歯の間は糸(フロス)を使ってきれいにします。

5. 口の定期健診をきっちり!

歯肉炎と初期の歯周炎(歯槽膿漏)の症状は同じです。生涯を通して歯を守るために、定期的に口のチェックを受けましょう。

歯と口の健康づくりネットワーク会議

仙台市 (一社)仙台市医師会 (一社)仙台市歯科医師会 (一社)仙台市薬剤師会
仙台市教育委員会 仙台市私立幼稚園連合会 仙台市PTA協議会
仙台市保育所連合会 東北大学大学院歯学研究所 (一社)宮城県歯科衛生士会
宮城産業保健総合支援センター(五十音順)

発行 仙台市健康福祉局健康増進課
TEL 022-214-8198

再生紙を使用しています。

いつもさがががな お口のために

歯肉炎の方・健康な方へ

20歳代



30歳代

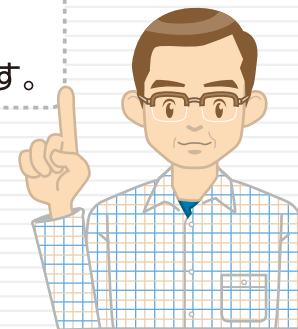


40歳代



2011年歯科疾患実態調査より

実はこんなに
たくさんの方が
歯肉炎・歯周炎です。



仙 台 市

歯と口の健康づくりネットワーク会議

歯肉炎とは

歯ぐきの調子はいかがですか。
鏡で観察してみましょう。

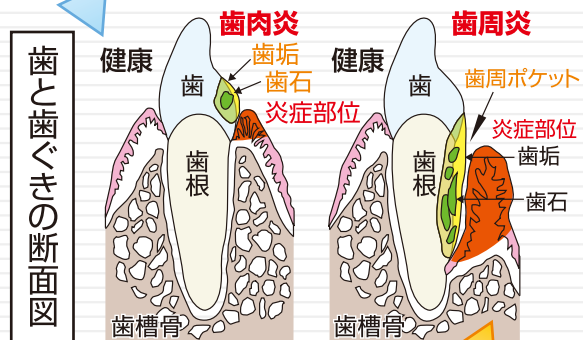
- 赤みがあり、てかてかと光っている。
- 歯と歯の間の歯ぐきが、ぷよぷよ腫れている。
- 歯みがきで出血する。

これらの歯ぐきの状態であれば歯肉炎です。



健康な歯ぐき

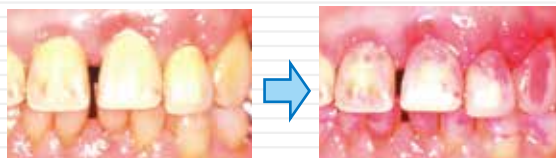
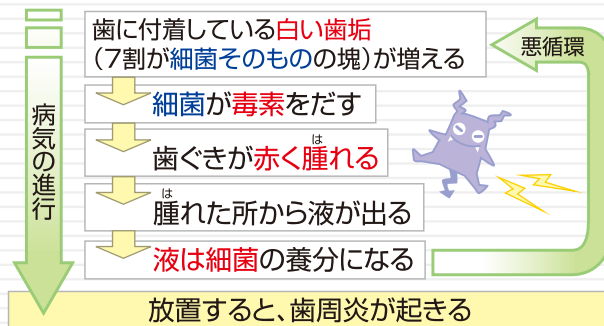
歯肉炎



歯肉炎を放置すると、
歯周炎(歯槽膿漏)になる
可能性があります。

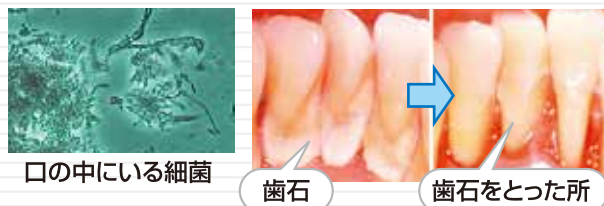


歯肉炎の原因は?



歯垢は見えにくい。

染め出してみるとこんなに。



歯肉炎はなおるの?

歯肉炎は汚れを取ることでもとに治ります。

治療する

そのまま

正しい歯みがき法を覚える

歯周病に進行する

汚れの除去(スケーリング)

歯を支える骨が溶ける

完治

歯が抜けてしまう...

歯をきれいにしましょう

歯ブラシの選び方



奥歯まで届くように
ヘッドは小さく、毛先
の並びは平らな物を
選びます

歯ブラシの動かし方

大きく動かすと



毛先で歯ぐきを
傷つけてしま
います。

小さく動かすと



毛先が歯垢を
落とします。

フロスも使いましょう。



入れ方



動かし方

歯と歯の間の汚れは歯ブラシだけで落とすに
くいので、フロスを使いましょう。

歯みがきしている時に血がにじん
でもびっくりしないですね。ていね
いに歯みがきを続けると数日で
血が出なくなります。治ってきた
証拠です。

