

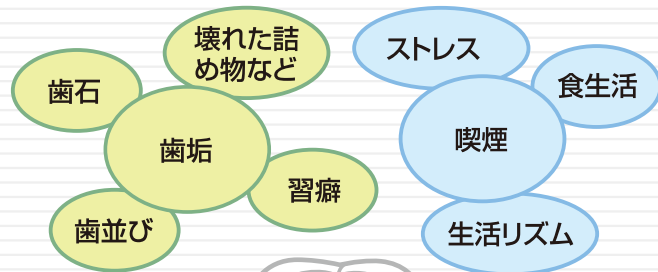
歯周炎を放置すると全身に影響します。

歯周炎は、全身疾患の発症や進行に影響することがあります。

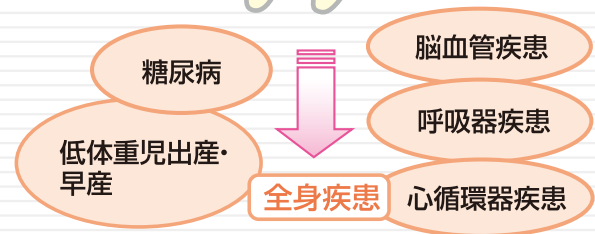
歯ぐきは体の一部です。歯周炎があると歯ぐきの細菌や活性化した細胞が体中にばらまかれ、口から離れた臓器で思わぬ悪さをすることがあります。

局所的なリスク

全身的なリスク



歯周炎



歯周炎がおこるリスクとして、第一に口のおよぐ、第二に喫煙があげられます。ストレスや悪い生活習慣も影響します。

皆さんの口の状態や生活習慣をかかりつけ歯科医に相談しましょう。

初期の歯周炎 (歯槽膿漏)は、治療すれば治ります。



1. 歯周炎とは?

歯ぐきの炎症が広がり、歯を支える骨が溶けていく病気です。

2. 歯周炎の原因と治療

歯垢の中の細菌が炎症の原因です。歯みがきをし、かかりつけ歯科医で歯の汚れを取ることで治ります。

3. 歯の清掃用具について

歯と歯ぐきの境目は歯ブラシで、歯と歯の間は歯間ブラシやフロスできれいにします。

4. 歯周炎を進行させないために

毎日の歯みがきは治療以上に重要です。かかりつけ歯科医で歯みがき法を習いましょう。禁煙することも大切です。

5. 歯周炎が全身の健康を脅かす

歯周炎の歯ぐきから、歯垢の細菌成分や炎症由来の細胞が血流にのり、全身の健康に大きな影響を及ぼします。

歯と口の健康づくりネットワーク会議

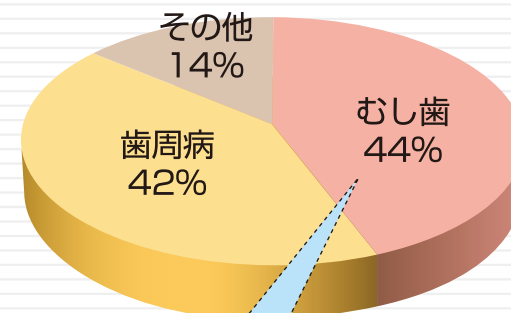
仙台市 (一社)仙台市医師会 (一社)仙台歯科医師会 (一社)仙台市薬剤師会
仙台市教育委員会 仙台市私立幼稚園連合会 仙台市PTA協議会
仙台市保育所連合会 東北大学大学院歯学研究科 (一社)宮城県歯科衛生士会
宮城産業保健総合支援センター(五十音順)

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。

いつもさむがかな お口ののために

初期の歯周炎の方へ



*注:「むし歯」44%の中には、歯周病が原因で露出した根面のむし歯も含まれています。

資料: (財) 8020 推進財団
「永久歯の抜歯原因調査報告」
平成 17 年 3 月

歯を失う原因について



仙 台 市

歯と口の健康づくりネットワーク会議

歯周炎とは

歯ぐきの調子はいかがですか？

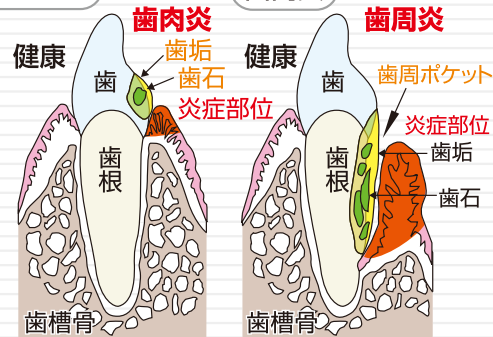
- 歯と歯の間の歯ぐきが下がり、歯の長さが伸びた感じがする。
- 歯ぐきが歯からはがれ、歯周ポケットが深くなる。
- 歯みがきの時に出血したり、膿が出ることもある。



健康な歯ぐき



歯肉炎



初期の歯周炎

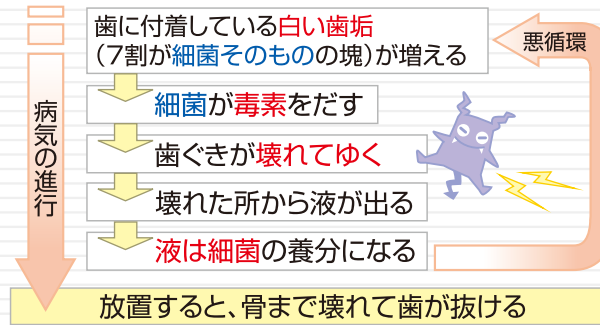
進行した歯周炎



歯周炎によって起こる困りごと

咬めない、歯が痛い、発音がうまくできない、大きな口で笑えない、口臭が気になる、むし歯ができやすくなる…

歯周炎の原因は？



歯垢は見えにくい。



染め出してみるとこんなに。



口の中にある細菌



歯石

歯石をとった所

歯周炎はなおるの？

歯周炎の原因は歯垢です。歯の表面をきれいにすることで初期の歯周炎は治ります。きちんと口の掃除を行きましょう。

治療の流れ

1. 歯みがきの方法を覚える
2. 汚れの除去(スケーリング)と歯の研磨(PMTC)
3. かかりつけ歯科医での定期検診と予防処置



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



毛先が歯の奥まで届きます。

歯と歯の間の清掃は歯ブラシだけでは難しいので、歯間ブラシまたはフロスを使いましょう。



引っかかりや痛みがなく通るもので、できるだけ太いものを選びましょう



歯間ブラシは歯ぐきに沿わせやさしく挿入し、表と裏から10回ほど出し入れします。いろいろと向きを変えると効果的です。



歯間ブラシが通らない所は、フロスを使うときれいになります。

自分に合った口の清掃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。

