

# いい歯！いい口！いい笑顔！ 噛めておいしい歯っぴーライフ

～見直そう あなたの大事な歯の健康～



▶ 問合せ 保健センター  
☎ 72-2500

歯周病等のお口の状態は、全身の健康と深い関係があることを知っていますか？  
たかが歯周病と思わず、全身の健康とともに、予防や治療を行うことが健康維持や  
長生の秘訣なのです！！

## 歯周病とは??



口の中の細菌が原因で、歯を支えている組織が徐々に破壊されていく疾患です。  
始めは、痛みなどの自覚症状はほとんどありませんが、進行すると歯肉が大きく腫れ、歯  
がぐらついてくるなどの症状が起こります。日本人の歯が抜ける一番の原因は、歯周病です。

## 歯周病は予防できる！ 今すぐ実行・歯周病予防！

### ● 抵抗力を高めよう

歯周病の原因菌や歯周病の進行による歯の  
喪失により、全身に影響が出るといわれてい  
ます。歯周病を予防することで、様々な疾患  
のリスクを抑制することが分かっています。

### ● 口の中をきれいにしよう

自分にあった歯ブラシで、食後の歯磨き習  
慣をつけましょう。デンタルフロスや歯間ブ  
ラシも効果的です。また、よく噛んで唾液の  
分泌を高めると、口の中がきれいになります。

### ● かかりつけ歯科医をつくろう

定期的に口の中を見てもらうことで、異常  
の早期発見・早期治療につながります。

## あなたは大丈夫？ 自分でできる歯周病チェック！

軽度

- 歯肉から出血(または痛み)がある
- 歯肉が腫れている
- 歯が浮いた感じがする
- 歯と歯の間に食べ物がよくはさまる
- 朝起きた時に口がネバネバする
- 歯がのびてきた
- 歯と歯の間にすき間ができてきた
- 歯並びが変わってきた
- 歯肉を押すと膿がでる
- 指で動かすと歯が揺れる
- 硬い食品が噛みにくくなった

重度

1つでも当てはまる  
場合は歯周病の  
可能性があります！



## 歯周病検診のお知らせ

◎新型コロナウイルス感染症対策に伴い、内容を中止・  
変更する場合があります

対象者 武豊町に住民登録があり、  
今年度 35・40・45・50・55・60・65・70・75歳になる人  
※対象者には、個別で受診票はがきを5月下旬に郵送します  
※詳しくは、受診票はがきをご確認ください

期間 6月1日(水)～12月31日(土)(休診日は除く)

実施機関 受診票はがきに記載のある町内歯科医院

内容 問診、歯周病検査、歯科保健指導

料金 無料 ※検診後の治療費は自己負担です

持ち物 受診票はがき、健康保険証

問合せ 保健センターもしくは検診実施歯科医院 (受診には予約が必要です)

