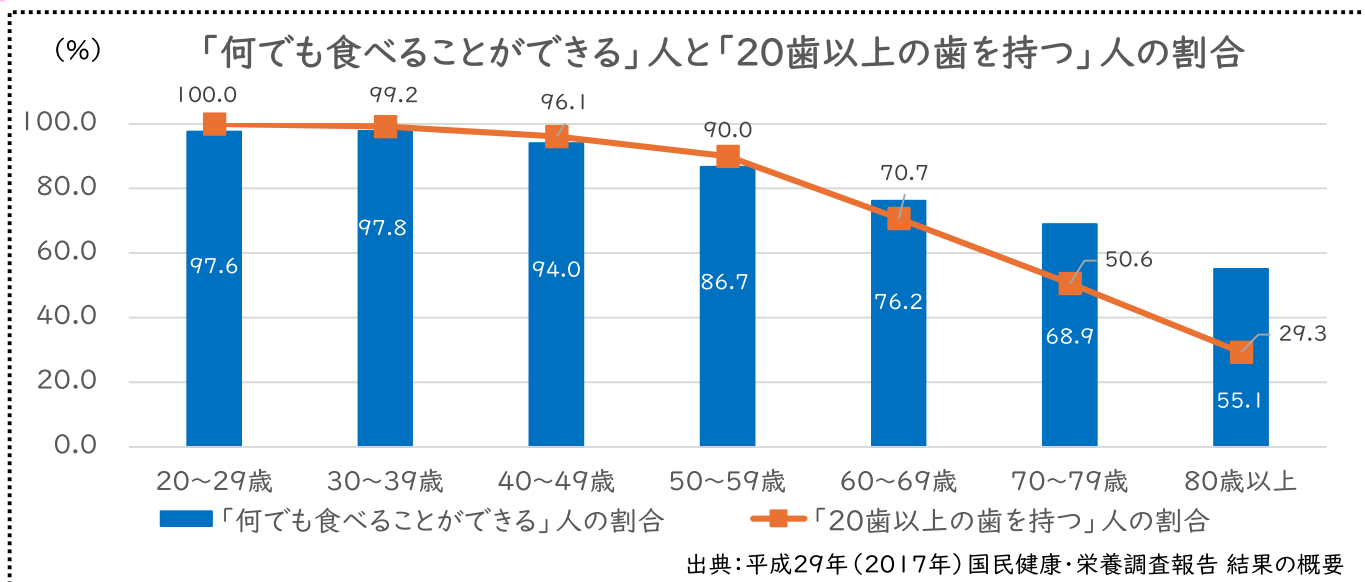


歯科検診を受けよう！

定期的に歯科受診をしてメンテナンスをすることで、将来歯を残せることに繋がります！

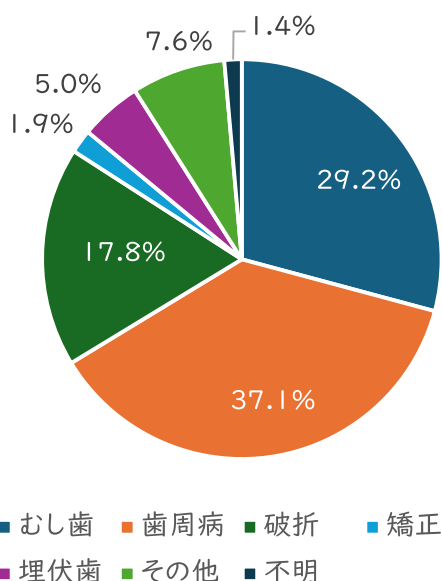


知っていますか？ 歯を残すことの大切さ



上の図からわかるように、「**20本以上歯を持つ**」人の割合が低くなるほど、
「何でも食べることができる」人の割合も低下しています。
 つまり、生涯にわたり「食べたいものが食べれる」生活を送るためには、
「自分の歯を残すこと」がとても重要になります。

抜歯の主な原因



出典：（公財）8020推進財団の調査結果（2018）

抜歯の主な原因はむし歯・歯周病で、全体の7割弱です。むし歯が原因で神経を取った歯が破折することが多いことを含めると、

抜歯原因の8割強がむし歯や歯周病
 という結果になっています。

むし歯や歯周病は、自覚症状がなく進行し、症状が出た時には進行していることが多い病気です。特に歯周病は、ある程度進行しないと症状が出ないため、

「サイレント ディジーズ（静かなる病気）」
 とも言われています。

症状がなくても歯科検診を受けて

「むし歯・歯周病の予防」、「早期発見・早期治療」を行うことが重要です。





歯科検診のメリット

① おし歯や歯周病の予防になります

⇒30代以上の2人に1人が罹っている歯周病。本人も自覚がないまま時間が進行すると取り返しのつかない状況になってしまいます。歯周病やおし歯の予兆を見抜き、発症を防ぐとともに、必要な治療に繋げることもできます。



② 全身の病気の悪化を抑える効果があります

⇒歯が少なくなると食事に制限が出てくると、必要な栄養が不足しやすくなります。また、歯周病などお口の病気は、糖尿病や動脈硬化など全身の病気を悪化させてしまいます。歯科検診でお口の中の健康をチェックすることで、全身の健康を維持することにも繋がります。



③ 歯みがきのワザを学べる

⇒10人いれば、10通りのみがき方がありますが、自己流の歯みがきでは汚れが残りやすく、おし歯や歯周病の原因になります。定期検診で特徴やクセを捉えた自分に合う磨き方を教えてもらいましょう！



④ 気分爽やか、スッカリ 口臭予防にもなります

⇒美容院に行くと、気分もスッカリしますよね！歯科医院でお口の中を専門の技術と器械できれいにすると、スッカリ、サッパリ気分爽快。また口臭予防にも繋がります。



参照：日本歯科医師会HP⇒<https://www.jda.or.jp/>⇒紙兔ロベ 定期健診に行こう



歯科検診はどこで受けられるの？

歯科検診は、全国の歯科医院に加え、自治体の歯周病検診でも受けることができます。定期的に歯科検診を受診して、お口の健康を守りましょう！

①自治体の歯周病検診

多くの市区町村では、口腔内の状態確認と生活習慣指導が中心の歯周病検診を実施しており、自己負担が少なく検診を受けることが可能です（年齢・実施時期の指定あり）。

②歯科医院での検診

口腔内の状態確認に加え、必要に応じてレントゲン検査などの精密な検査も可能です。また、個別の相談やクリーニングに加え、必要な治療を継続して実施することもできます。



かかりつけ歯科医院のススメ



かかりつけ歯科医院とは？

治療だけでなく定期的に予防・メンテナンスを行ってくれる歯科医院のことです。生涯にわたってお口と全身の健康を維持するためには、お口の状態をわかってくれているパートナーの歯科医院を見つけておくことが大切になります。そのためにも定期的に歯の検診に行き、かかりつけの歯科医院をつくりましょう。

社会に出ると受診の機会が減ると言われていますが、困ったときに何でも相談できる「かかりつけ歯科医院」を作ることで、安心した毎日を過ごすことができますよ！

内容についてのお問い合わせは
岩手県口腔保健支援センター
(岩手県保健福祉部健康国保課内)
TEL 019-629-5468 まで

イラスト：いらすとや
歯科素材.com
ピクシカ
フタバフリーイラスト