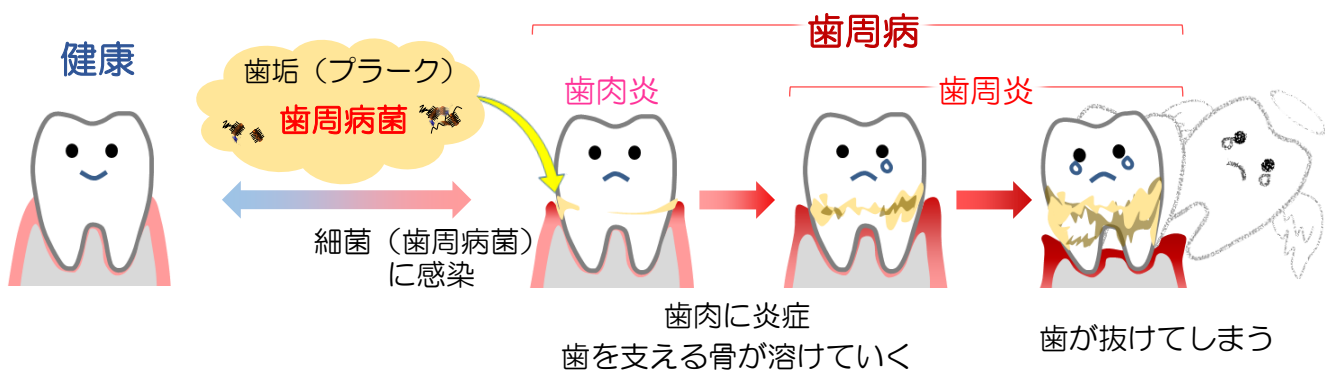


# 成人期のお口の健康

## 歯周病を予防して健康づくり

### 歯周病はどんな病気？



歯周病は、初期では自覚症状があまりなく、気がつかないことが多い！

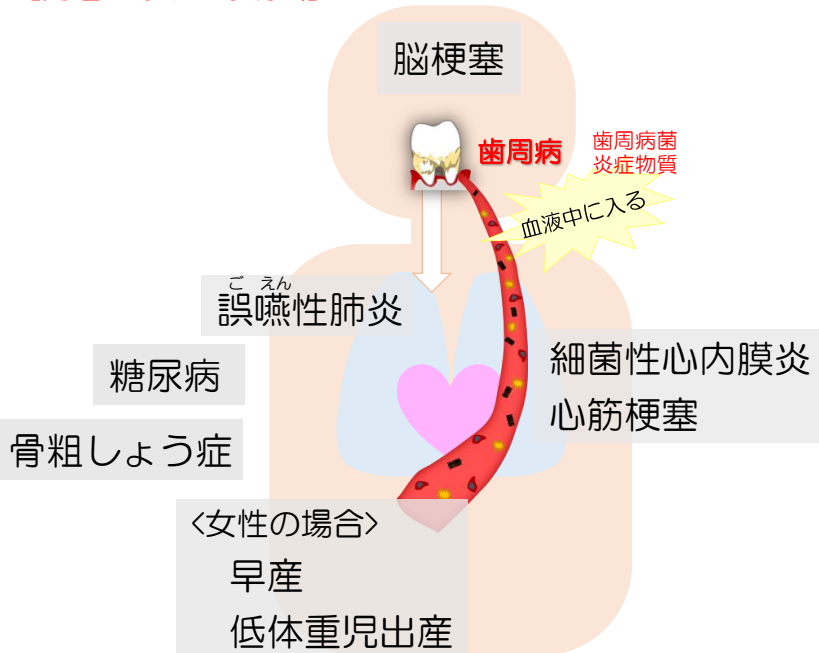
岩手県の課題は

- ① 若者の歯周病増加！
- ② 高齢者の歯周病悪化！



### 歯周病と全身の関係

【関連のある主な病気】



こんな方は要注意！

- ・タバコを吸っている
- ・妊娠している
- ・糖尿病



早めに 歯科受診を！

歯周病の 予防 → 全身の 健康づくり！！

# セルフチェックをしてみよう！



 歯肉の色が赤い、もしくは黒っぽい。	 歯と歯の間の歯肉が丸く、腫れぼったい。	 歯と歯の間に隙間がでてきた。	 歯と歯の間にものがつまりやすい。
 歯肉がむずがゆい、痛い。	 歯みがきの際、歯ブラシに血がついたり、すすいだ水に血が混じることがある。	 歯肉から、膿が出たことがある。	 ときどき、歯が浮いたようになる。
 グラつく歯がある。	 硬い物が噛みにくい。	 朝起きたときに、口の中がネバネバする。	 口臭が気になる。

ひとつでもあてはまると歯周病かも！



## 歯肉を見てみよう！



- 色 : ピンク色
- 歯と歯の間の歯肉の形 : 三角
- 固さ : 固い
- 出血 : なし



- 色 : 赤色
- 歯と歯の間の歯肉の形 : 丸くなっている
- 固さ : ぶよぶよしている
- 出血 : あり

健康な歯肉は引き締まってピンク色をしてるよ！



## 歯周病の検査を受けよう！

### 歯周病の検査

かかりつけ歯科医  
市町村が行う歯周病検診  
などで



### 治療・定期的なケア

かかりつけ歯科医で



**早期発見・早期治療を！！**

©わんこきょうだい

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  
TEL 019-629-5468