

歯周病って? ~歯周病特集~

健口だより

創刊号

平成18年6月4日

TEL 0146(22)2056
発行所 浦河郡浦河町大通3丁目4
発行者 日高歯科医師会 堤田幸一

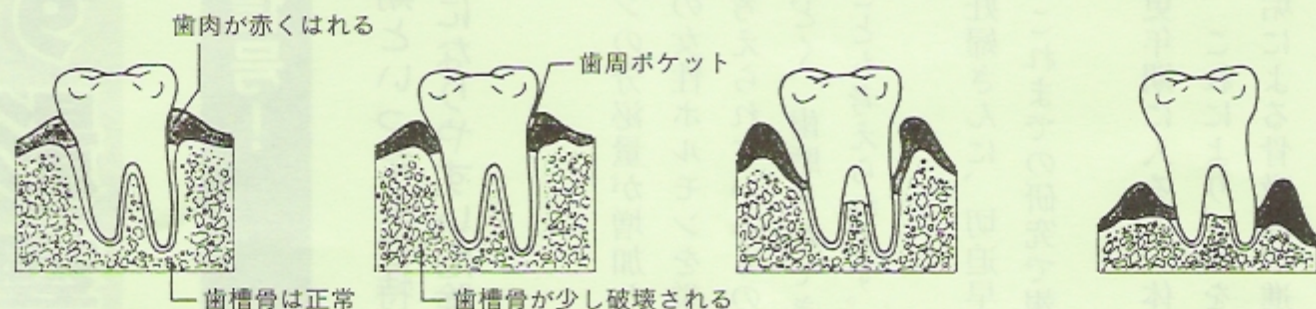
歯周病チェック

歯周病は、9割を超える成人が罹患している国民病です。歯周病は歯周病原菌による感染症であり、様々な危険因子により増悪し、むし歯とともに、歯を失う二大原因となっています。初期のころは自覚症状がないため、気がついた頃には手遅れになることも! あなたは大丈夫でしょうか? 早速、危険度をチェックしてみましょう!

- | | |
|--------------------------|------------------------|
| <input type="checkbox"/> | Q1. 歯がぐらついている |
| <input type="checkbox"/> | Q2. 歯ぐきが赤い |
| <input type="checkbox"/> | Q3. 歯ぐきを押しすとプヨプヨする |
| <input type="checkbox"/> | Q4. 歯が浮くような感じがする |
| <input type="checkbox"/> | Q5. 歯ぐきから自然に出血する |
| <input type="checkbox"/> | Q6. 歯ぐきに痛みがある |
| <input type="checkbox"/> | Q7. 歯ぐきがやせてきた |
| <input type="checkbox"/> | Q8. 歯ぐきがかゆい |
| <input type="checkbox"/> | Q9. 口臭が気になると指摘された |
| <input type="checkbox"/> | Q10. 物が噛み切れなくなった |
| <input type="checkbox"/> | Q11. 水を飲むと歯がしみる |
| <input type="checkbox"/> | Q12. 歯ぐきから膿がでる |
| <input type="checkbox"/> | Q13. 抜けたままにしている歯がある |
| <input type="checkbox"/> | Q14. 歯を磨くと血が出る |
| <input type="checkbox"/> | Q15. 朝起きたときに、口の中が粘っている |

何個チェック項目がありましたか?

- 0個 …今のところ歯周病の心配はありません。
1~3個 …軽い歯肉炎の可能性がります。
4~6個 …一度歯科医院で検査しましょう。
7~9個 …歯周病が進行しています。
すぐに治療を開始しましょう。
10個~ …歯周病です。歯を失う前に治療しましょう。



歯肉炎(G)

炎症が起こっている状態。歯肉が赤くはれ、歯みがきをはじめ、ちょっとした刺激でも出血しやすくなる。

初期歯周炎(軽度)(P1)

炎症が進み、歯と歯肉の間に「歯周ポケット」と呼ばれるみぞができる。歯槽骨の破壊もはじまり、水などがしみる。

中期歯周炎(中程度)(P2)

歯肉がプヨプヨにはれ、歯周ポケットからうみが出て、口臭もひどくなる。歯が浮く感じがして、ものがかみにくくなる。

末期歯周炎(重度)(P3)

歯槽骨がほとんどなく、歯根が露出。歯肉がはれて痛み、歯はグラグラになって最後には抜けてしまう。

歯周病が全身に及ぼす影響

歯周病が全身の病気になる！

歯が原因で死に至る場合もあります。

〔心疾患〕

歯周病の人はそうでない人に比べ、心疾患（狭心症や心筋梗塞）に数倍なりやすいことが明らかになっております。これは、歯周病になると口の中の細菌が増加し、それらが血管に侵入し、血流にのって心臓まで到達し、悪影響を及ぼしているためです。

〔糖尿病〕

これまでに、糖尿病の人は歯周病になりやすいことが、明らかになっています。これは、細菌に対する抵抗力が低下するためだと考えられています。一方で近年、歯周病を治療することにより、糖尿病が改善されたという報告もあります。

〔呼吸器系疾患〕

高齢の方がなる肺炎は、多くは歯周病による細菌が影響していると言われています。物を食べたときに咳き込んでしまう方などは、特になりやすいです。

女性に危険信号！

女性は妊娠や更年期といった女性特有の全身状態の変化により、歯周病になりやすい危険性があります。

〔妊娠〕

妊娠中は、女性ホルモンの分泌量が増加しています。お口の中の菌のひとつに、この女性ホルモンを栄養源として、歯周病を進行させていると考えられているものがあります。また、妊娠中はつわりがひどく、歯磨きができなくなるため、歯周病が進行してしまうことも考えられます。

〔早産〕

歯周病にかかっている妊婦さんに、切迫早産や早産が六〜七倍起こりやすいことが、これまでの研究で報告されています。

〔更年期〕

個人差がありますが、更年期に入ると、体内の女性ホルモンが減少傾向になります。これにより、歯を支えている骨がスカスカ状態となり、歯垢による骨吸収が進行し、歯周病が悪化しやすいと考えられています。

「歯が抜けた場合」

〔外傷などで、歯が抜けた場合〕

歯をぶつけたなどの外傷で、歯が骨から離れて抜け落ちることがあります。

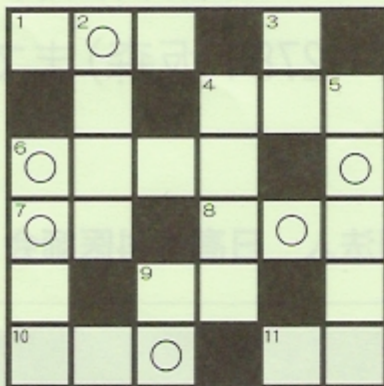
この場合、一番よい方法は、抜け落ちた歯を元に戻してみる事です。地面などに落ちた場合は、もちろん洗ってから戻しますが、水道水で洗う場合は三十秒以内にしましょう。なぜなら、歯と骨をつなぐ繊維性の組織である歯根膜も流されてしまい、元の位置に戻した場合に、再び骨にくっつく可能性が低くなるからです。

抜けた歯が元の位置に戻せない場合は歯を口の中に入れて保存して下さい。歯と頬の間に入れておくのですが、飲み込まないように注意してください。お子さんの場合などで口の中に入れておくのが難しい場合、牛乳につけておいて下さい。乾燥させないことが第一なのですが、牛乳の成分は比較的血液に似ているため、蒸留水などよりも理にかなっています。条件がよければ、

再び歯が骨にくっつきません。

いずれの場合にせよ。早く歯科を受診することが大事です。

創刊記念 〈クロスワードパズル〉



縦のカギ

1. 赤・青・黄色
2. 8月15日
3. ホーホーと夜に鳴く
4. 何をやってもうまくいかない
5. おならが臭い動物
6. ○○カツ

横のカギ

1. 歯が痛いよお
4. 火山が爆発
6. サイコロが必要です
7. ○○ボーイ
8. 一日にして成らず
9. 高い建物
10. カレーのスパイスの一つ
11. 砂糖が大好きな昆虫

○に入れる言葉を並べて、言葉を完成させてください。

編集後記

今まで日高歯広報として発行していましたが、今回から装いも新たに、皆様には様々な歯に関する情報を提供していきたいと思っています。皆様の健康増進の一助となりますよう、紙面を充実させる為にも、皆様の貴重なご意見、ご質問をお待ちしております。

編集人

堤田 幸一	原田 史也
西川 一雄	中脇 禎輝
湯浅 徹	富樫 信

ハガキに答・住所・氏名・年齢・電話番号を書いて、〒057-0013 浦河町大通3丁目4 堤田歯科医院内 クイズ係宛にご投函してください。

正解者より、抽選で3名様に、**音波歯ブラシを差し上げます。**

切：平成18年8月15日（当日消印有効）

尚、お一人様一通限りとさせていただきます。ご応募された個人情報、応募者の同意なしに第三者へ提供することはありません。

スタッフバンク(S・B)のお知らせ

日高管内の歯科医院に勤めていた方、近く退職予定の方、

スタッフバンク (S・B) に登録しませんか？

再就職の時に有利となりますよ!!!

例えば、近くの歯科医院でスタッフ募集があった時、

優先的に採用されたり、

他の新人スタッフよりも**高給**また、**高時給**だったりします。

(但し、各歯科医院によって実状は違います。)

登録について知りたい方は、以前勤務していた歯科医院
又は、日高歯科医師会事務局(☎ 0146 - 42 - 2784 坂森)まで、
ご連絡ください。

社団法人 日高歯科医師会

お知らせ

4月より、歯科医院では領収書の再発行ができなくなりました。
紛失防止のためにも、まとめてお受け取りになる事をお勧めします。

社団法人 日高歯科医師会

日高歯科医師会登録優良歯科医院

〈日高町〉

なかもと歯科医院
土井歯科医院
鎌田歯科医院
フォーク歯科
門別町歯科診療所
森歯科クリニック

〈平取町〉

平取歯科診療所
振内歯科診療所

貫気別歯科診療所

〈新冠町〉

井上歯科医院
新冠ファミリー歯科

〈新ひだか町〉

ささじま歯科医院
鮫島歯科医院
アムール歯科医院
平野歯科医院
山口歯科医院

谷本歯科医院

中村歯科クリニック

田中歯科医院

東静内歯科診療所

波川歯科

ふなき歯科

〈浦河町〉

宇毛悟歯科医院
吉川デンタルクリニック
堤田歯科医院

酒井歯科医院

かつみ歯科医院

原田歯科医院

〈様似町〉

島田歯科医院

ファミリー歯科医院

〈えりも町〉

にしかわ歯科医院
えりも中央歯科