

歯周病のケア

歯科医院で行う
プロフェッショナル
ケア

家庭で毎日行う
セルフケア

歯周ポケットの中をきれいに
するプロフェッショナルケア

定期的に歯科医院で、歯と歯ぐきの
状態をチェックし、セルフケアで取り切れなかった
細菌の塊をプロフェッショナルケアで取り除きます。



永く・上手に付き合える
かかりつけ歯科医を持とう！



プロフェッショナルケア
セルフケアの繰り返し
が歯周病予防に
最も効果的です。

歯周病のセルフチェック ☒

- ☐ 口臭を指摘された・自分で気になる
- ☐ 朝起きたら口の中がネバネバする
- ☐ 歯を磨くと血が出ることもある
- ☐ 歯ぐきが赤くはれてきた
- ☐ 歯ぐきが下がり、歯が長くなった気がする
- ☐ 歯ぐきを押すと血や膿が出る
- ☐ 歯と歯の間に物が詰まりやすい
- ☐ 歯が浮いたような気がする
- ☐ 歯並びが変わった気がする
- ☐ 歯が揺れている気がする



チェックが1～3個の場合

歯周病の可能性があるため、軽度のうちに治療を受けましょう。

チェックが4～5個以上の場合

中程度以上に歯周病が進行している可能性があります。早期に歯周病の治療を受けましょう。

チェックがない場合

チェックがない場合でも無症状で歯周病が進行することがあるため1年に1回は歯科健診を受けましょう。

大分県の 40歳以上の 約70%が



日本歯科医師会 PRキャラクター よ坊さん

歯周病！

※令和4年歯科疾患実態調査、令和4年県民歯科健康状況実態調査結果より

定期的に歯科健診を 受けましょう

大分県歯科医師会ホームページアドレス

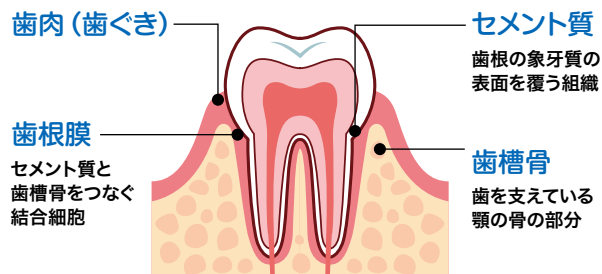
<https://oita-dental-a.or.jp/>



大分県
大分県歯科医師会

歯周病の基礎知識

歯周組織の断面図

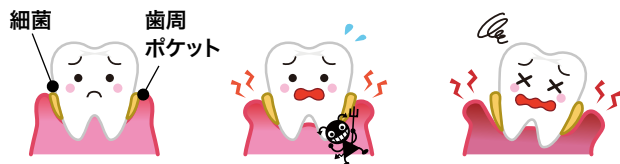


「歯周組織」とは、歯を歯槽骨の中で支える組織のことで図内の4つから成り立っています。歯は「歯周組織」に支えられていることで安定しています。

歯周病は、歯周組織を破壊していく病気です。

発症のメカニズム

細菌が付着 → 炎症を起こす → 歯周組織を破壊



歯周病は、細菌によって引き起こされる感染症です。細菌の塊が歯と歯肉の間の歯周ポケットに溜まり、細菌が出す毒素で歯肉を刺激します。やがて歯槽骨などの歯周組織が破壊され、最後には歯が揺れて噛めなくなり、歯が抜け落ちてしまう恐い病気なのです。

自覚症状が出にくいので、気づいた時には手遅れに…なんてことにも。

歯周病の治療は早いほどよい

歯周病は、歯を支えている骨（歯槽骨）が溶けて無くなっていく病気です。歯肉炎や初期の歯周炎の段階では、歯ぐきが赤く、少し腫れている状態で、まだ骨は溶けていません。

この時期から治療を始め、その後定期的に予防処置（メンテナンス）を受けていれば、いつまでも健康な状態に歯ぐきを保つことができます。

初期の歯周炎



治療前

治療後

しかし、病気が進んでから治療を始めると、骨が無くなっているので、たとえ治療がうまくいっても歯ぐきはさがり、歯と歯の間に大きな隙間が残ります。隙間ができると、食べ物がはさまったり空気がもれたりするばかりでなく、見た目も決してよくありません。

進んだ歯周炎



治療前

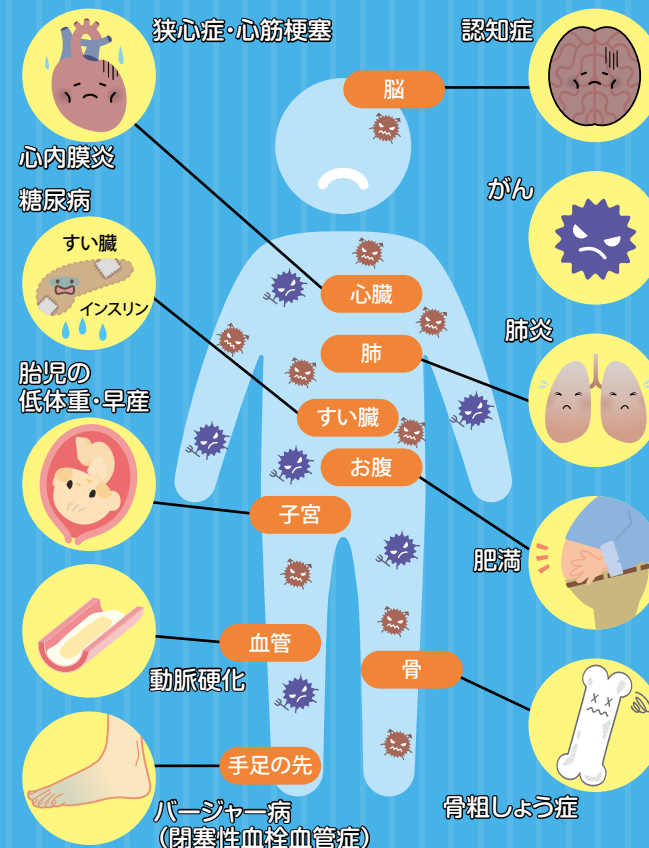
治療後

歯を支えている骨をなくさないために、歯周病の治療はできるだけ早目に始めることをおすすめします。

歯周病は 全身に影響を及ぼします。

日本人に最も多い細菌感染症は、歯周病と言われています。歯周病は口腔内の疾患というだけでなく、全身の病気に影響しています。

- 肥満 ●誤嚥性肺炎 ●脳梗塞
- 心筋梗塞・心内膜炎 ●動脈硬化
- 糖尿病 ●早産・低体重児出産



歯周病は細菌による感染症です。罹患しても気づかない場合が多く、放置すると口から全身に細菌が侵入し、多くの病気の原因となります。