

Info 8 歯磨きは体を守る最前線 お口の健康を守りましょう

6月4日から6月10日までは「歯と口の健康週間」です。期間中は、歯と口の健康に関する正しい知識の普及を目指し、全国的に啓発活動が実施されます。生涯にわたって健康で豊かな毎日を送るため、お口の健康を意識しましょう。

問い合わせ 健康づくり課健康増進係(プラザけやき内☎37-1175)

こんな症状ありませんか?



もしかして歯周病かも...

セルフケアとプロケア

歯と口の健康は、全身の健康につながっています。歯が痛くなった時だけ歯医者さんに行っていないですか? 自分で行う「セルフケア」と、かかりつけ歯科医での「プロケア」の両輪で、お口の健康を守りましょう。

自分で行うセルフケア

- ・毎日の正しい歯みがき
- ・デンタルフロスや歯間ブラシで歯垢を除去
- ・よくかんで食べる
- ・規則正しい生活習慣

歯医者で行うプロケア

- ・歯と歯ぐきの清掃
- ・歯と口の病気チェック
- ・正しい歯みがきの指導
- ・歯と口の健康を守る生活習慣のアドバイス

歯周病検診がはじまります

市では、対象となる年齢の人に、歯周病検診を実施しています。対象者には、5月末頃を目安に受診券(はがき)を郵送します。受診券が届いたら、早めに検診を受けましょう。

実施期間 6月1日(月)～令和9年1月30日(土)

対象 令和8年4月1日現在で満20、30、40、50、60、70歳の人

実施方法 市内委託医療機関での個別検診

料金 1,000円

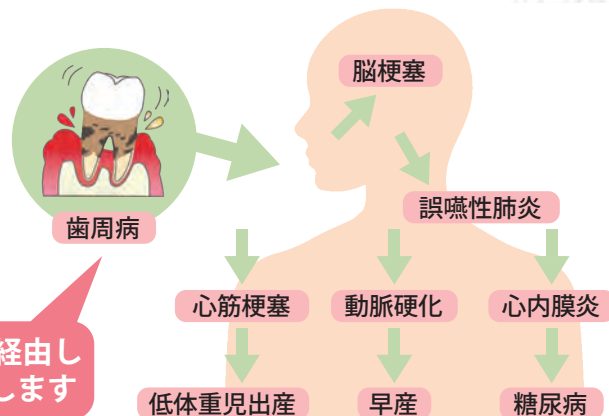
※詳細は市ホームページ(右記)をご覧ください。



歯周病は万病の元

歯周病は、知らず知らずのうちに進行し、歯を失うだけでなく、全身に悪影響を及ぼす病気です。定期的な検診を受け、早期発見・治療をしましょう。

お口の中の細菌が誤嚥や血液を経由し全身へと流れ、疾患を引き起こします



Info 9 お口と歯の健康の話 ~糖尿病重症化の予防は歯周病の治療から~

問い合わせ 小笠掛川歯科医師会(☎22-6120)

歯周病と糖尿病の深い関係

歯周病は歯ぐきの慢性的な炎症によって起こる病気で、糖尿病と深く関係していることがわかっています。

歯周病によって生じる炎症性物質は、血糖値を下げるインスリンの働きを妨げ、その結果、血糖値が高い状態が続き、糖尿病の悪化につながるとされています。そのため、歯周病があると糖尿病の治療が難しくなる場合があります。

一方で、糖尿病の人は歯周病にかかりやすく、また重症化しやすい傾向があります。これは、免疫機能の低下により細菌感染に弱くなることや、高血糖の影響で唾液の分泌量が減少すること、さらに血流が悪くなり歯ぐきの治りが遅くなることなどが関係しています。

お口のケアで全身の健康を守る

歯周病と糖尿病は互いに影響し合う関係にあります。近年では、歯周病の治療を行うことで血糖コントロールの改善が期待できることも明らかになってきました。日本糖尿病学会でも、歯周治療は2型糖尿病治療において有効であるとされており、両方の病気をあわせて管理することの重要性が示されています。

糖尿病の重症化を防ぐためにも、日頃の丁寧な歯みがきに加え、定期的に歯科を受診し、歯周病の予防と早期治療に取り組みましょう。

小笠掛川歯科医師会
松浦勇次 歯科医師

