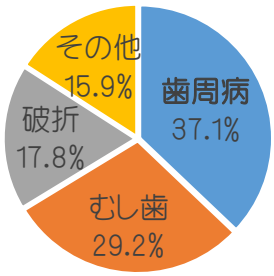
歯周疾患検診を受けましょう

どんな検査をするの？

歯や歯肉の状態をチェックします。
（むし歯・歯周病・磨き残しの有無など）

歯周病って？

歯を失う原因　第１位
歯周病



出展:8020推進財団
「第2回永久歯の抜歯原因調査報告書（2018）

歯垢（プラーク）にすみつく「**歯周病菌**」によって、歯肉に炎症が起こる感染症です。重症になると歯が抜けてしまいます。

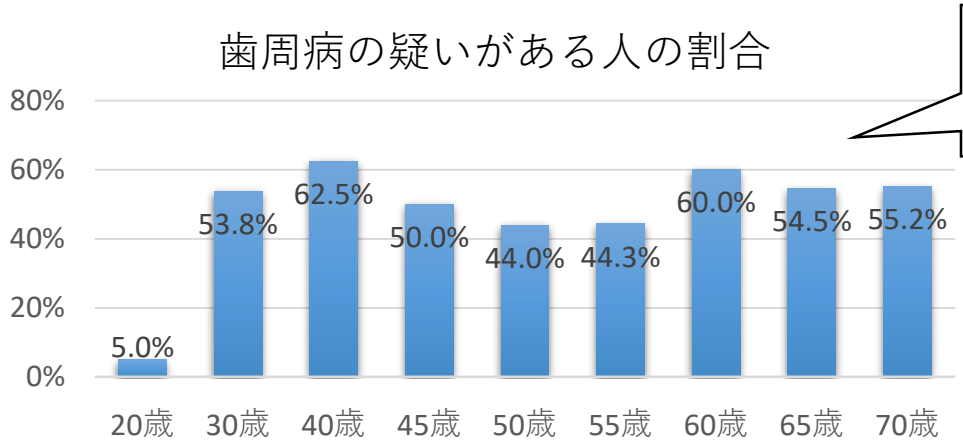
なぜ検診が必要なの？

むし歯や歯周病は初期段階には**自覚症状が少ない**です。早期発見、治療のために定期的な検診が必要です。

約２人に１人
歯周病の疑いがありました！

出典　：　令和5年度歯周疾患検診

約２人に１人
歯周病の疑いが！



歯と口のセルフチェック

以下にチェックがつく方は要注意

- □ 歯磨きの時に出血する
- □ 口臭が気になる
- □ 歯と歯の間に隙間ができてきた
- □ 歯肉が赤くはれている
- □ しばらく歯科健診を受けていない

歯周病は全身の健康に影響を及ぼす！

歯周病菌などが
血流にのって全身へ

さまざまな病気の
リスクを高めます

2つのケアでお口の健康を守る！

定期的な歯科健診でチェック

自分で行う セルフケア

・毎日行う正しい歯磨き
歯ブラシだけでなく、歯間ブラシやフロスも使いましょう

「磨いている」と
「磨けている」は違います

・よくかんで食べる

・規則正しい生活習慣

歯科医院で行う プロフェッショナルケア

・歯や歯肉のクリーニング
セルフケアで取り除けない
歯石や着色を除去

・歯科健診をうける

・正しい歯磨きの指導

かかりつけ歯科医を
もちましょう

プロの指導を受けて自分で実践

中野市　健康づくり課　健康管理係　☎0269-22-2111（内線393）