

# ヘルスライフNEWS春号

## 4月のテーマは『口腔内環境』

取り上げてほしいテーマなどありましたらご連絡ください。

2022年 4月  
総務部 労務安衛G  
作成：古田

虫歯や歯周病を放っておくと危険な目に...

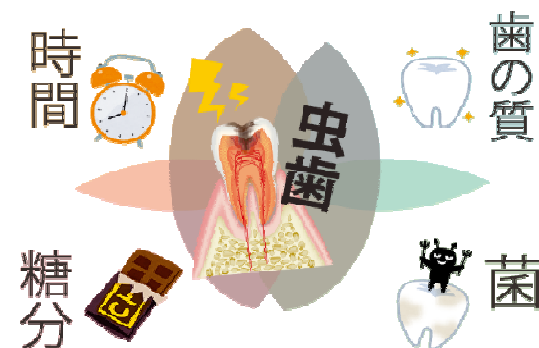
こんな症状ありませんか？

- ✓ 何もしていないのに歯が時々痛む
- ✓ 歯の表面が黒ずんでいる
- ✓ 歯が欠けている部分がある
- ✓ 舌で触ると引っかかる部分がある
- ✓ 食べ物がいつも同じ場所に挟まる
- ✓ 冷たいものや甘いものがしみる

これらの中に思い当たるものはありますか？  
一つでも当てはまる場合は虫歯の可能性あります！

### 虫歯の原因

虫歯は、糖質を餌として繁殖し、酸を産生して歯の表面のエナメル質を溶かしていきます。



下記のような要素も虫歯になりやすい環境です

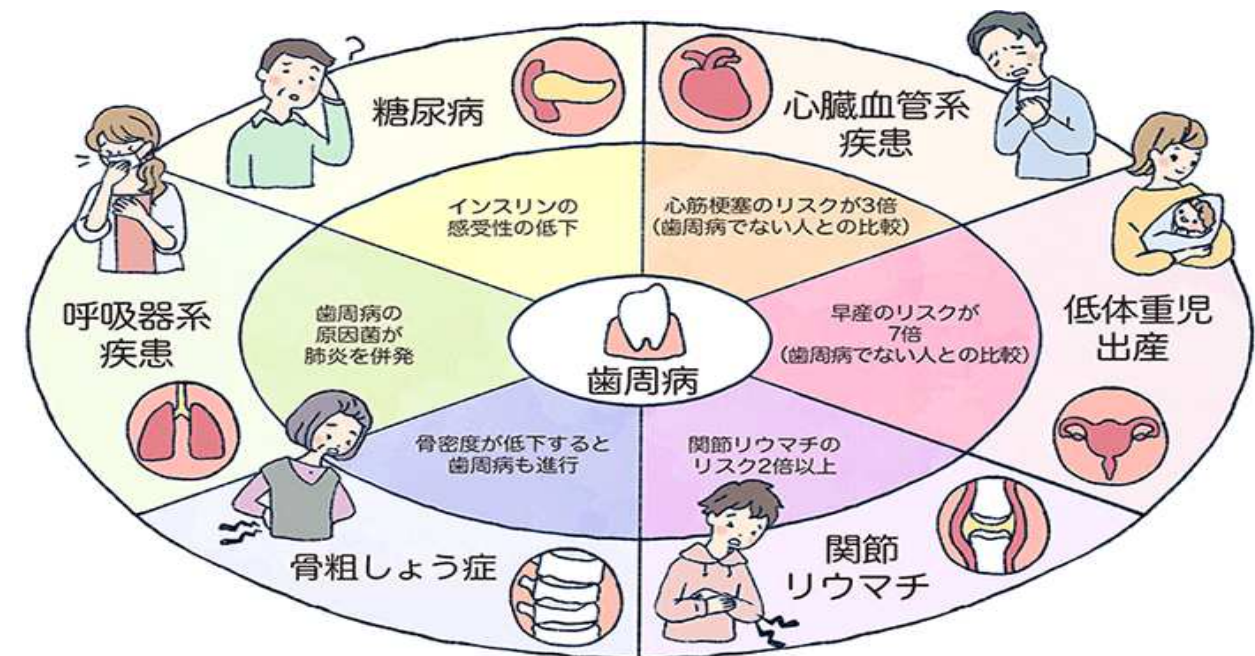
- ✓ 銀歯の修復物（技工物）の不適合
- ✓ つまみ食いなどの間食、糖質を含む飲食の回数が多い
- ✓ 歯並び、噛み合わせが悪い
- ✓ 唾液の分泌する量

### 虫歯の進行



### 歯周病と様々な病気

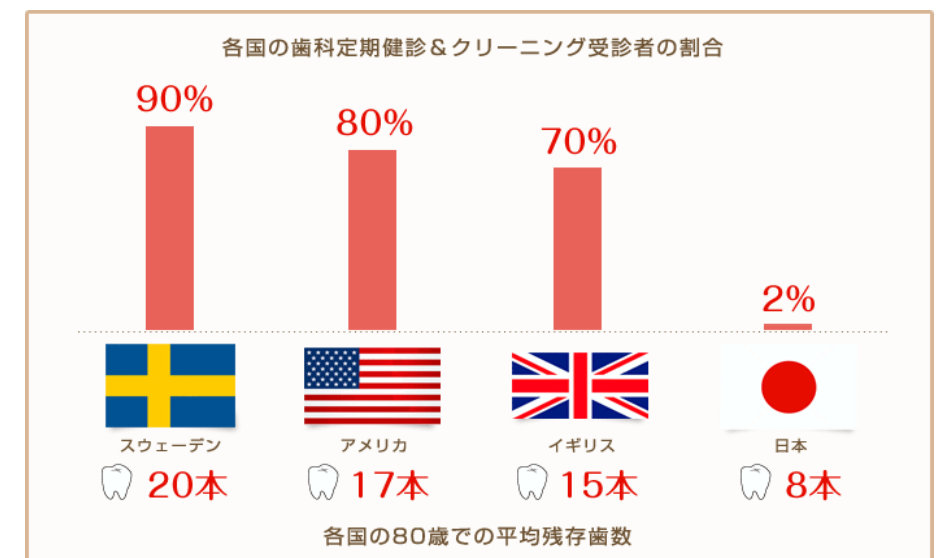
歯周病は、歯を支えている歯周組織の病気です。  
進行すると最後には歯が抜け落ちてしまいます。  
さらに歯周病はお口の中だけに留まらず、全身にもさまざまな悪影響を及ぼします。  
そのため歯周病の予防や治療は、身体をより健康に保つために大切なことなのです。



### 歯の定期健診も重要です

右の図は各国の定期健診と80歳での平均残存数です。

歯を損失すると  
しっかりと噛めないため  
消化器官に負担がかかる、  
思考能力や集中力が低下  
するなどの影響がでます。



トラブルが起きる前に口腔内ケアをして健康な体作りをしましょう