



おの

【問い】歯周病はいつの間にか進行して全身にも影響を与える」と聞いています。歯周病が進行しないために、お口の定期健診はどれくらいの頻度で行けばいいでしょうか。

(佐世保市、30歳女性)

【答え】口の定期健診は成人なら3か月に1回程度が望ましいといえます。

理由は、歯の形は複雑で日々のブラッシングで歯垢

(しこう)を完璧に取り除くことが難しいからです。さらに歯並びに問題がある方や、かぶせ物をしている方はさらに難しくなりま

す。ブラッシングが難しい所には歯垢がたまりやすく、これが長期間残ったままになると、むし歯や歯周病の

たらず影響の研究が進められています。

歯周病は糖尿病、心臓血管疾患、関節リウマチなどと同じように慢性疾患であ

歯周病予防 健診は？

磨きにくいところ確認、清掃

原因となります。日々のブラッシングは大切ですが、磨きにくい所を定期健診で確認し、清掃することで、むし歯や歯周病を予防することが出来ます。近年、歯周病が全身にも

まくできない人は誤嚥(ごえん)性肺炎を引き起こしやすいのです。慢性疾患発病の背景には運動や食生活を含めた生活習慣の乱れが指摘されています。医科においてはメタボリック症候群として、さまざまな病気を引き起こしやすい状態を取り上げ、慢性疾患の予防に取り組んでいます。これは成人だけでなく肥満傾向の子どもにも当てはまります。

歯と口の健康に関する質問を受け付けます。県歯科医師会の先生方が回答します(直接本人に回答はしません)。症状などを分かりやすくまとめ、住所、氏名、年齢、職業、電話番号を明記し、〒852-8601、長崎市茂里町3の1、長崎新聞社生活文化部「お口の相談室」係に送ってください。県歯科医師会のホームページは「8020ながさき」で検索できますので参考にしてください。

回答者



原田 洋介
佐世保市折橋町
はらだ テンタル
ケアクリニック 院長

原因となります。日々のブラッシングは大切ですが、磨きにくい所を定期健診で確認し、清掃することで、むし歯や歯周病を予防することが出来ます。

近年、歯周病が全身にも