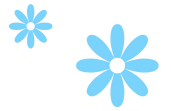




歯周病チェックリスト ～もしかして歯周病？～



自覚症状チェック・・・歯周病は虫歯と違い自覚症状が少ないのが特徴です。症状が出るのは中等度～重度に進行している時です。以下の症状がある方は歯周病が進行している可能性があります！

- 歯茎からの出血はありませんか？
- 歯茎が赤く腫れてはいませんか？
- 前より歯茎が下がり、歯が長くなっていませんか？
- 昔に比べて前歯が寄ってきてガタガタになっていませんか？
- 硬いものを噛んで違和感はありませんか？
- 歯が揺れてぐらぐらしてはいませんか？
- お口の中がねばねばしたり口臭を感じることはありませんか？

解説・・・上のチェックリストに1つでもチェックがついた方は歯周病である可能性が高いです。初期には殆ど自覚症状がないので、すでに進行しているかもしれません。重度に進行してしまえば、治療をしても改善できないばかりか、抜歯をしなければならないこともあります。「**成人の8割が歯周病**」、「**抜歯により入れ歯になる原因の8割が歯周病**」といわれるほど、現在歯周病は万延しており、怖い病気なのです。

こんな方は注意して下さい！！・・・歯周病は、口腔内が不潔になることが原因の他、環境的要因も多くあります。以下の要因にあてはまる方は歯周病への注意が必要です！

- 歯科医院での歯石除去を半年以上行っていない方
- お菓子をいっぱい飲んでいる方
- 特に以下の病気をお持ちの方(糖尿病・骨粗しょう症・脳梗塞・高血圧)
- お口が渇きやすい方
- 家族に歯周病の人がいる方
- 歯磨きが苦手な方
- 生活が不規則な方
- 喫煙をされる方
- 妊娠中の方
- 治療による補綴物(詰め物や被せ物など)が多い方
- 歯並びや噛み合わせがわるい方

気になる方はこちらの
チェックリストをご持参
ください！



解説・・・上記は歯周病になるリスクの高い方です。こちらに1つでもチェックがあれば、歯周病になる可能性が高いか、既に進行している可能性があります。特に内科的な病気をお持ちの方は要注意です。どの要因であれ、**大切なのは歯周病の適切な治療と、その後の定期的なプロによる予防メンテナンス**です。それを怠ると、すぐに歯周病は再発します。悪くなってからではなく、予防的に行うのが歯周病対策といえます。それがひいては全身疾患の予防や、健康の維持増進にも繋がるのです。