

11月8日はいい歯の日

はちまるにまる 8020運動を 実践しよう

8020運動とは「80歳になっても
自分の歯を20本以上保とう」
という運動です。



少なくとも20本以上の歯があれば、年齢を問わず食物を噛みくだくことができ、おいしく食べられます。子どものころからの正しいデンタルケアと青年期の予防が大切です。

お口のクリーニングで健康に 長崎県歯科医師会会長 許斐 義彦

長崎県歯科医師会は、平成22年に施行された「長崎県・歯口腔の健康づくり推進条例」に沿って、お口の健康の維持増進に取り組んでいます。

生涯にわたっておいしく食べるには、よくかめる健康な歯や歯肉を保つことが大切です。歯を失う原因であるむし歯や歯周病のうち、歯周病が糖尿病、心臓病、肺炎などと強く関わりあっていることが分かりました。歯周病を治療、予防してお口の健康に保つことは、全身の健康につながり、ひいては健康寿命を延ばす

ことにもつながるのです。歯周病は自覚症状が出にくく早期治療の為には、かかりつけ歯科医を決めて少なくとも年2回は健診を受けお口のクリーニングを受けるようお勧めしています。

ぜひこの機会に長崎県歯科医師会会員の診療所で
お口の健康をチェックしてみたいかがでしょうか。



歯科医療は「生きる力を支える生活の医療」です。

日本歯科医師会 <http://www.jda.or.jp/> 長崎県歯科医師会 <http://www.nda.or.jp/>

