

歯周病を防いで 健康貯金を 始めよう!

○45歳以上の2人に1人が歯周病に

歯周病はむし歯と並び、歯科の2大疾患といわれています。歯周病とは、歯と歯ぐきのすき間(歯周ポケット)に細菌が入り込んで起こる感染症のことです。

○糖尿病や脳梗塞、 認知症などの全身の 病気との関係が明らかに

歯周病の恐ろしいところは、お口の中の病気だけにとどまらず、全身疾患との関連性も指摘されていることです。

○歯が少ない人は、 多い人に比べて 約1割も医科医療費が高額に

これまでの研究から、歯が少ない人の方が医科の医療費が高額になることがかってきました。

○日々のケアと定期受診で 健康を保とう

歯周病を予防するには、何よりも毎日のセルフケアが重要になります。日々のブラッシングに加えて、歯間ブラシやフロスなどを使ってプラーク(歯垢)をしっかり取り除きましょう。また、定期的に歯科医院を受診して、自分では取り切れない歯垢や歯石を取り除くことや、歯ぐきの状態をチェックしてもらうことも欠かせません。



日本歯科医師会
PRキャラクター
よ坊さん(和歌山県)

いい歯の日 イベント情報

和歌山市地区

〈開催日〉11/18(土)・19(日)

〈場所〉市高デパート

那賀地区

〈開催日〉11/26(日)

〈場所〉

貴志川生涯学習センターでの
「紀の川市産業まつり&
食育フェア」

伊都地区

〈開催日〉11/12(日)

〈場所〉

和歌山県立橋本体育館にて
「すこやか橋本 まなびの日」

いい歯の日 11月8日は



和歌山県歯科医師会
会長 中西 孝紀

おいしく食べて健康長寿

日本歯科医師会
<https://www.jda.or.jp>

和歌山県歯科医師会
<https://www.wda8020.org>

