

歯科衛生室だより

歯周病ってどんな病気？

①歯周病とは？

歯周病とは歯に付着した**歯垢**（デンタルプラーク）によって起こる炎症です。

歯垢とは**細菌の塊**で、1gの中に1000億を超える細菌がいると言われています。この細菌の塊である歯垢が歯と歯肉の境目に残ったままになると、歯周ポケットを形成し炎症が起こります。そして、歯の周りの組織を破壊して最終的には歯が抜け落ちてしまう恐ろしい病気です。歯周病の予防方法は、歯垢を除去すること、すなわち**毎日の歯磨き**や**歯科医院でのメンテナンス**を行うことが重要になってきます。

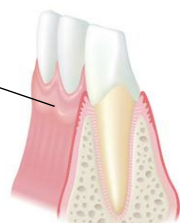
②歯周病の進み方

健康な状態

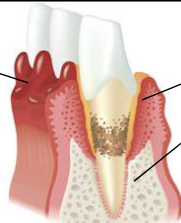


歯周病の状態

歯ぐきは、ピンク色で引き締まっている



歯ぐきが赤く腫れる



歯周ポケットができる

歯槽骨（歯を支えている骨）の量が減る



定期的に歯科受診をして歯周病を予防しましょう。



歯周病は歯を失う原因の第1位です。大切な歯を守るために、歯周病予防が大切です。

歯周病の危険性がないか簡易チェックをしてみましょう。

歯周病チェックリスト

	チェック項目	✓	点数
1	朝起きたときに口の中がねばねばする		1
2	口臭があると言われたことがある		1
3	食事の後、歯に物がはさまる		2
4	歯肉から出血することがある		3
5	ぐらつく歯がある		4
6	あまり歯磨きをしない		5
7	タバコをよく吸う		1
8	歯科医院には歯が痛い時しか行かない		1
9	ストレスを感じることが多い		1
10	糖尿病にかかっている		1
11	歯肉がはれることがある		1
12	骨密度が低いと言われたことがある		1

合計点数で**歯周病の危険度**がわかります

1～4点

歯周病になっているか
なりやすい要因を持っています

5～9点

歯周病にかかっている
可能性があります

10点以上

歯周病がかなり進行している
可能性があります

参考：森山貴史著「中高年の歯の病気がすべてわかる本」