

新聞を書いてから、ずいぶん時間が経ちました。毎回ネタ探しには苦労しています。

と、ということで、今回は、お子さんを連れてこられる大人の方にも関係のある歯周病についてお話をしたいと思います。

### 1 歯周病って何？

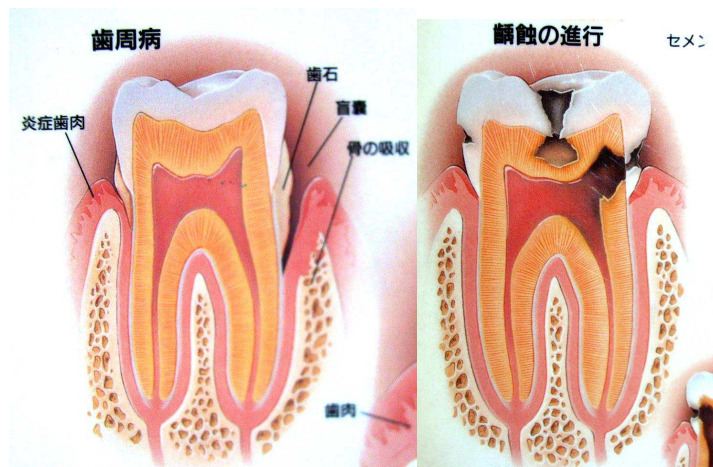
歯周病は、歯肉の病気ですが、これは歯と密接な関係にあります。歯と歯肉の境目に着いた汚れから歯の根に沿って進行して歯周組織（\*）を破壊していく病気です。

右上の2枚の図を見比べて歯周病は歯の外部でおこる病気です。むし歯は歯の内部でおこる病気です。双方とも放置していると歯を失うこととなります。

### 2 どんな症状があるの？

ほとんど痛みなどの自覚症状もなく、歯肉の発赤・腫脹・出血によるものです。歯周病は10代から徐々に進行していき30歳代では80%以上の罹患率です。気づいた時には歯を抜くはめに・・・なんてことがある本当に怖い病気です。

**\* 歯周組織：歯を支えている組織で、歯肉・歯根膜・歯槽骨・セメント質の4つの組織の総称です。**



### そこで、チェック！

- 出血：毎日歯磨きをしていて出血していませんか？
- 発赤・腫脹：歯肉が赤くはれていたり、なんとなくブヨブヨに弛んだ感じはないですか？
- 違和感：なんとなく、痛い？・不快な感じはしませんか？
- 口臭：細菌感染からの腐敗臭です。本人は気づきにくいので家族などが知らせてあげると良いですね。

### 比較する健康な歯肉と歯の写真



### 3 歯周病の予防

#### ★ブラッシング

毎日、ていねいに歯磨きをしましょう。「磨いてる」と「磨けてる」の違いを認識して下さい。そして、糖分は含んでないからといって歯磨きの後にお茶を飲むような勘違いをしているアナタ・・・茶渋が歯に付着してますよ。「さとうくんち新聞14」（歯磨きについて）掲載しています。

#### ★早めの治療

歯周病は、初期段階では完治しますし、悪化したケースでも現在の治療法では、歯を保存（残す）することも可能になってきました。少しでも、自覚症状があったら診察を受けましょう。

#### ★定期健診

健診は3か月ごとに電話にてお知らせしています。この健診はむし歯、不正咬合のチェック、歯周病予防での歯石・歯垢の除去など行っています。「さとうくんち新聞13」（PMTCについて）に掲載してあります。

日頃のちょっとしたケアで健康を手に入れましょう。

文責:佐藤仁彦

「さとうくんち新聞」はHPからでもダウンロードできます。

[www//jin-sato.com](http://www/jin-sato.com)