



# ほけんだより

おうちのひとといっしょによんでね

令和4年6月8日

安田小学校 ほけんしつ

歯と口の健康週間

特別号③

6月4日～10日は <sup>は くち けんこうしゅうかん</sup> 歯と口の健康週間です

## STOP! <sup>し しゅうびょう</sup> 歯周病

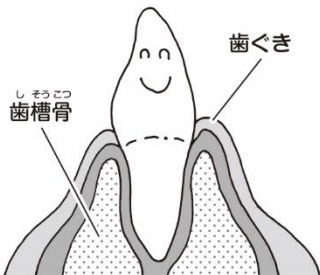
歯をなくす原因で1番多いのは、実はむし歯ではなく歯周病。なんと約80%の大人がかかっているとも言われています。

### <sup>し しゅうびょう</sup> 歯周病

歯垢(歯につく白いネバネバしたかたまり)にいる歯周病菌が、歯を支える歯ぐきや骨を壊す病気。

症状の進み具合によって「歯肉炎」と「歯周炎」に分けられます。

#### 健康な状態

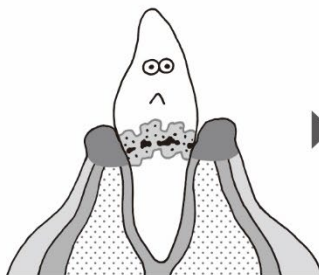


- 歯ぐきの色はうすいピンク
- 歯ぐきに弾力があり、引き締まっている

歯と歯ぐきの間に大きな溝はなく、歯周病菌が入り込むのを防いでいます

歯周病菌は酸素が苦手。酸素の少ない歯と歯ぐきの間を狙っています

#### 歯肉炎

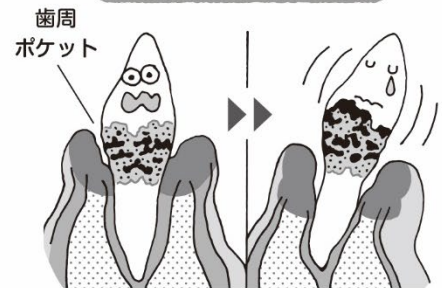


- 歯と歯ぐきのさかいめが赤くはれる
- 歯みがきで血が出る

歯垢が歯と歯ぐきの間にたまって、炎症を起こします

一生懸命歯みがきをしたり正しい治療を行えばまだ健康な状態に戻れます

#### 歯周炎(軽度～重度)



- 歯ぐきのはれが大きくなる
- 歯周ポケットができる

進行すると...

- 歯がぐらぐらする
- 食べ物が噛めなくなる

歯が抜けることも!!

歯と歯ぐきの溝が深くなって歯周ポケットができます。ここに歯周病菌が入り込み、どんどん骨を壊していきます

セルフケアで

STOP!

まいにち

毎日しっかり 歯みがき

は

歯みがき

プロケアで

STOP!

ていぎてき

定期的に 歯医者さんへ

はいしゃ

歯医者さんへ