

# 定期歯科受診しませんか？

静かに進行する歯周病を甘くみないで!!

自分がいつか『歯を失う』イメージをしたことがありますか？

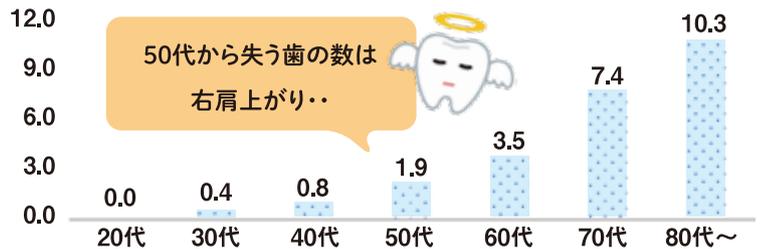
10代 61.2%  
20代 56.6%  
イメージできない  
▽  
50代 32.8%  
60代 21.4%

若いころから定期検診を受けておけばよかった...



日本歯科医師会2022年「歯科医療に関する一般生活者意識調査」より

## 年代別の失う歯の本数



50代から失う歯の数は  
右肩上がり..

「令和4年長野県歯科疾患実態調査」参考

歯を失う原因第1位は歯周病です 自覚症状がほとんどなく静かに進行します

## 歯周病は歯周病菌による感染症!!

口の中には、400～700種類もの常在菌(善玉菌・悪玉菌・日和見菌)が存在します。

小学生の頃は病原性が低い菌、中高生の頃にはそれより強い悪玉菌、20歳を過ぎた頃には極悪玉菌が定着します。下層から順番に積み上げられて歯周病菌ピラミッドは完成します。日頃の歯みがき習慣によって、ピラミッドの完成を遅らせたり感染しにくくすることが可能です。

## 歯周病菌ピラミッド



小学生

中高生

20歳頃

## Pg菌(ポルフィロモナス・ジンジバリス)とは?

- ・酸素を嫌い、血を好む吸血鬼のような細菌
- ・普段はひっそりと存在するが、住みやすい環境が整うと、凶暴な菌へと大変身
- ・血が大好物で、血があると数百倍から数万倍まで爆発的に増加



特に危険な  
極悪玉菌のボス

やったー  
出血だ!!



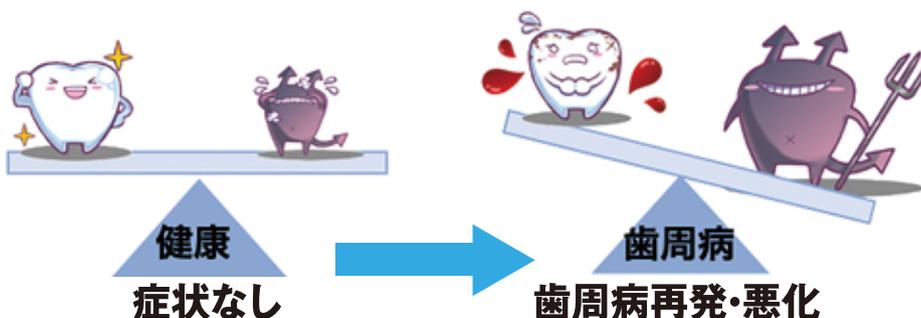
歯周ポケットを作る

ポケット内の創傷部の血を餌に増加

歯周病を発症進行させる

## 歯周病は治る?

答え 完全には治らない



お口の中がきれいでも菌のバランスが保たれている

不潔な状態が続く、免疫力が下がり、歯肉から出血

セルフケアと定期的なプロケアで菌を減らすことが大切!

# 毎日のセルフケアと歯科医院でのプロケアで 歯周病菌と戦う!

## 歯医者さんでは何をしているの?

### 歯肉の検査(プローピング)

ポケットの深さを測り、歯周病の進行度を調べる



【3mm以下】  
健康

【4~5mm】  
軽度~中等度の歯周炎

【6mm以上】  
重度の歯周炎

※出血がある場合は歯肉が炎症を起こしている

### レントゲン検査

歯周ポケットの歯石の有無や歯槽骨\*など、目に見えない歯肉の下の状態を調べる。

※歯槽骨:歯を支える骨

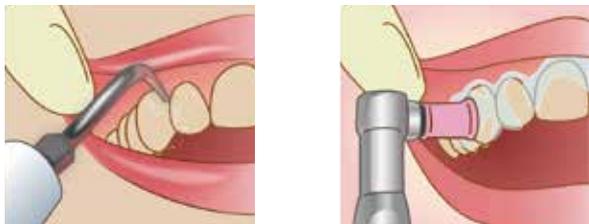


健康

歯周病

写真提供: 松本歯科大学 吉成伸夫教授

## プロケアで隅々まできれいに!



### 専門的な歯の清掃

「スケーラー」という器具を使い歯石や歯垢をとる専用の機器と歯磨き剤を使い、着色などを落とし、磨くことで歯石が付きにくくなる

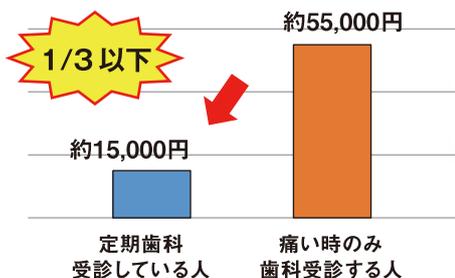
### みがき残しチェック・セルフケア指導

お口の状態に合わせて、歯ブラシや補助用具の選び方・使用方法などのアドバイスを受ける



## 定期的なプロケアと医療費

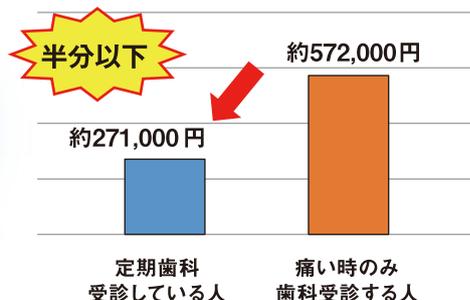
### 歯科医療費の比較



※「予防目的で定期歯科受診している群」  
「痛い時のみ歯科受診する群」に分け  
年間にかかった医科・歯科の医療費の平均値を比較した。

令和4年「長野県データ活用による歯科健診推進事業」分析結果より

### 医科医療費の比較



出典(イラスト一部): (株)コムネット