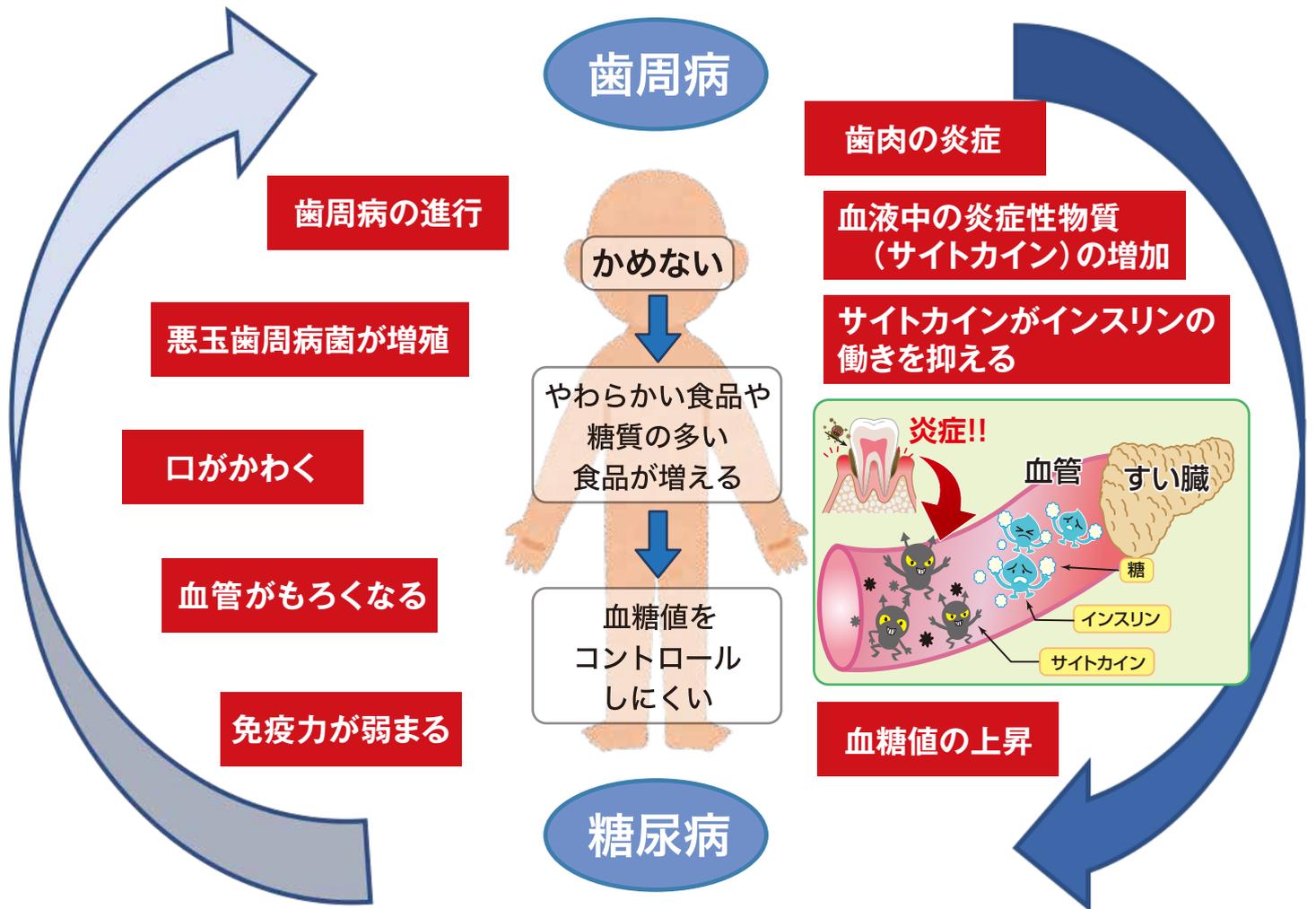
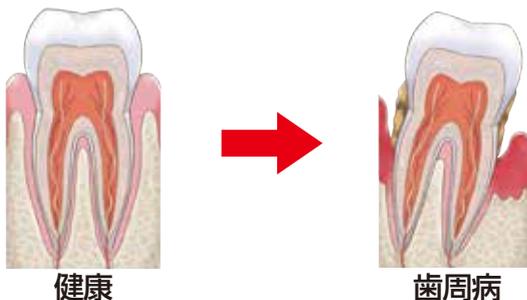


ご存じでしたか？歯周病と糖尿病は密接に関係しています。糖尿病の人は歯周病が悪化しやすく、また重度の歯周病の人は血糖値のコントロールが難しくなります。

歯周病と糖尿病の負のスパイラル



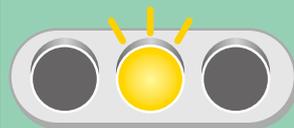
歯周病は歯を支える骨(歯槽骨)をとくす病気



歯周病は細菌の感染症で慢性炎症が続きます。自覚症状が少なく気づいた時は、骨まで進行している事が多い病気です。

高血糖状態を放っておくと…

HbA1c 5.7%~



歯肉が腫れて血が出やすくなる

HbA1c 6.5%以上



歯槽骨がさらにとけやすくなる

※無断転用・転載を禁ず

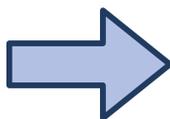
II型糖尿病は、歯科治療により歯周組織の慢性炎症が改善すると**血糖値も改善**する可能性があります。糖尿病・歯周病、両方へのアプローチが必要です!!

※糖尿病診療ガイドラインより

歯周病治療前
HbA1c 7.9%



歯石がつき
歯肉が赤く腫れています



歯周病治療後
HbA1c 6.9%



歯石を取り
歯肉が引き締まりました

セルフケアとプロフェッショナルケアで予防しましょう

歯科医院での
プロフェッショナルケア



毎日の
セルフケア



歯周病の検査

- ・歯周ポケットの計測
- ・歯槽骨のレントゲン撮影 など

歯のクリーニング

- ・歯石除去
- ・歯の表面の機械的清掃 など

歯の健診

- ・むし歯、その他の所見チェック



歯みがき

- ・口腔内細菌数を減らすため歯垢を落とす歯みがきを!

よく噛む・口を動かす

生活習慣の改善

- ・禁煙をする
- ・バランスの良い食事を摂る
- ・運動をする
- ・毎年特定健診を受け全身の疾病予防に努める

かかりつけの 歯科医院を持とう

治療はもちろん予防のために定期的に通院する歯科医院を持ちましょう。信頼できる歯科医師や歯科衛生士と「チーム」を組んで歯と口、全身の健康づくりに取り組みましょう。

歯科受診には『お薬手帳』と『糖尿病連携手帳』を!

歯の治療によっては飲んでおられるお薬の情報が必要な場合があります。糖尿病連携手帳にはお口の状態を詳しく記入するページがあります。主治医と連携を取り、「全身と口腔をつなぐ」ツールとして歯科受診の際には手帳の持参をおすすめします。

(糖尿病連携手帳:公益社団法人日本糖尿病協会発行)



施設		
歯科医師		
検査日	/	/
歯周病	なし・軽・中・重	
口腔清掃	良・普通・不十分	
出血	なし・時々・あり	
口腔乾燥	なし・あり	
咀嚼力	問題なし・問題有り	
現在歯	() 歯	
インプラント	なし・あり	
義歯ブリッジ	なし・あり	
所見の変化	改善・なし・悪化	
次回受診	ヶ月後	
備考		

※写真提供:松本歯科大学 吉成伸夫 教授