



沖歯科医院便り

発行/沖歯科医院 〒053-0855 苫小牧市見山町4丁目1-6

☎0144(72)8558 ☎0800(800)8545

<http://www.oki-dentalclinic/>



歯周ポケットと歯周病

皆さんは30歳以上の方が歯を失う最大の原因は虫歯ではなく、歯周病だということをご存知ですか？
歯肉溝の深さは健康的な歯であれば1~2ミリ程度ですが、歯周病にかかっていると溝も深くなり、歯周炎がある場合には溝も3~5ミリ程度、重度の歯周炎の場合には6ミリ以上になり、歯周ポケットと呼ばれます。溝の深さが6ミリ以上になると抜歯リスクも高まってきますので、溝が浅いうちに対処しておくことが肝心です。この歯周ポケットは溝が深ければ深いほど溜まったプラークを掃除することも難しくなり、さらに歯周病が進行すると歯茎が腫れたり出血しやすくなるといった悪循環を引き起こします。
歯周病は自分では気づかない軽度のものを含めると、成人の8割以上の方がかかっているといわれ、ひどくなるまで自覚症状が少ないのが特徴です。

歯周病菌は毒素や炎症性物質を大量に放出し、こうした有害物質が血流に乗って全身に流れ、動脈硬化や心筋梗塞、脳梗塞などの血管障害を起こす危険性を高めたり、糖尿病を悪化させることもありますし、妊娠時に歯周病を放置すると、早産や低体重児出産のリスクが増加するとも言われています。
歯周病は生活習慣病のようなものですので、どんなに良い治療を受けたとしても日々のセルフケアや定期的なメンテナンスを怠ればすぐに再発してしまいます。

お口の中の状態は一人一人違いますし、歯みがきの仕方も一人一人に合ったやり方がありますので、わからないことがありましたらどんなことでもお気軽にご相談下さい。ご自分の大切な歯を一本でも多く残すために、予防や早期発見、早期治療を心がけ、お口の中だけではなく、多くの病気から体を守りましょう。

院長 沖次郎

えー！
ポイント？

“歯とお口”のトリビア

歯科健診を受けている高齢者は医療費が安い！？

定期的に歯の健診を受けている高齢者は、受けていない高齢者と比べて医療費が安いということをご存知でしょうか？ 徳島県在住の75歳以上の高齢者727人を対象にしたアンケートでは、定期的に歯科健診を受けている人は、受けていない人と比べると歯に関する医療費は年間で1万7千円高かったですが、医療費全体では1万7千円、介護給付費額でも1万8千円安かったそうです。また、同アンケートでは肺炎と定期歯科健診の関係性についても調査していますが、肺炎になったことがある人の歯科健診受診率は25%だったのに対して、肺炎にならなかった人の受診率は57.7%でした。この結果を見ると、こまめに歯のケアをしている人ほど健康で、病院にかかることも介護のお世話になることも少ないことがわかります。生涯の医療費の節約のためにも、体の健康のためにも、しっかりとお口の健康を守りましょう！

