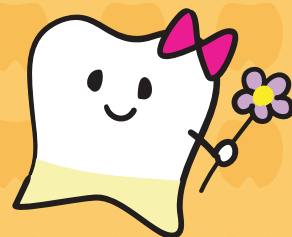
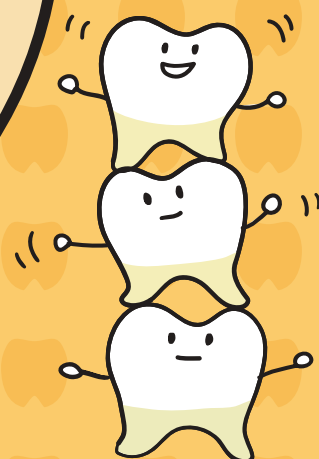


最後に歯科医院に行ったのは いつですか？



歯は大切

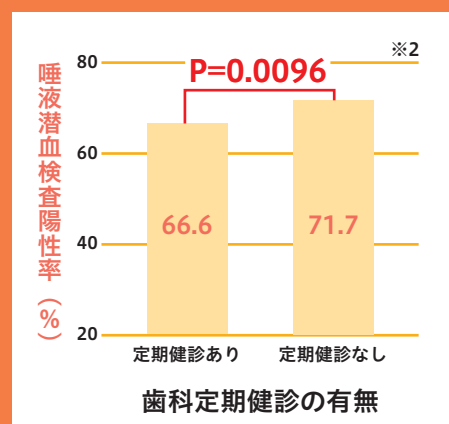


自覚症状がなくても 定期的な歯科受診を心がけましょう



山形市では唾液検査による歯周病検診（以下、唾液潜血検査）を実施しています。
この検査は、唾液に含まれる潜血の有無から歯周病のリスクを判定しています。

歯科医院での定期健診をしている人は
歯周病のリスク^(※)が低い
ことがわかりました。



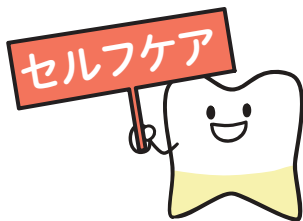
※ 歯周病のリスクとは、唾液潜血検査にて陽性となることを表しています。

※2 山形市保健所シンクタンクチームの調査結果では、歯科定期受診をしている者はしていない者に比べ、唾液潜血検査の陽性率が有意差をもって低いことがわかりました。



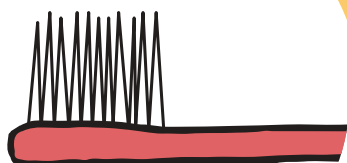
歯周病の予防には

自身のセルフケアと歯科医院でのプロケア両方が大切です



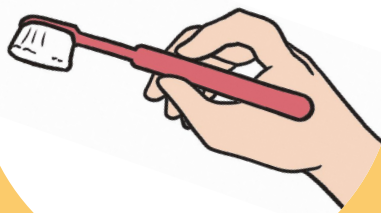
歯ブラシの選び方や 歯のみがき方にもコツがあります

毛先はテーパード毛

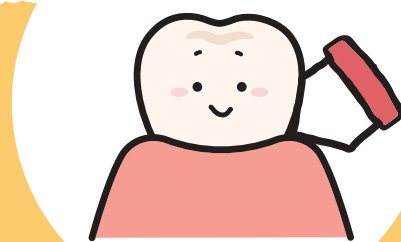


※テーパード毛とは
歯ブラシの毛先が
徐々に細くなる
形状のものです。

歯ブラシは鉛筆持ち



歯ブラシを歯と歯ぐきの間に
45度の角度で当て小さく動かす



フロスや歯間ブラシも併用



鏡でチェック



歯ぐきが腫れたり赤くなっている部分は
歯ぐきが炎症を起こしています。
歯ぐきに強い腫れや痛みがある時は
歯科医院を受診しましょう。



プロケア

歯科医院では、以下のような流れで
歯周病の検査や治療を行います
(歯科医院によって異なります)



①問診

②レントゲン・
口腔内撮影

③歯周ポケット
測定

④診断

⑤歯石除去・
歯みがき指導等

⑥定期健診へ

1年に2回以上の歯科受診が歯周病予防に有効です。
歯医者さんを予約する時は、歯と歯ぐきを見て欲しいことを伝えてください。

