

お口の健康 気にしていますか？



秋田県マスコット
「スギッチ」



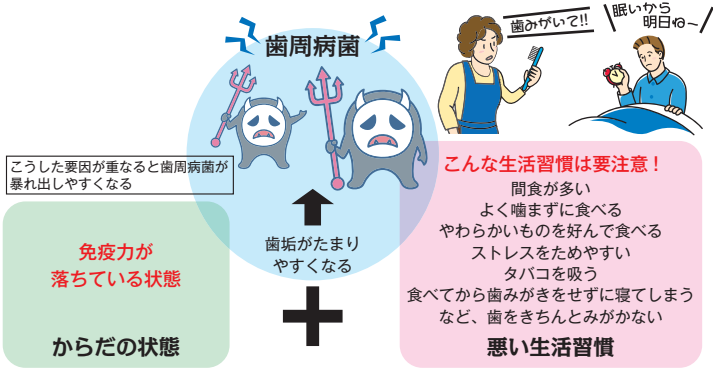
秋田県「ご当地よ坊さん」



秋田県・秋田県歯科医師会

生活習慣の改善で歯周病予防

歯周病をおこしたり、悪化させたりする大きな要因



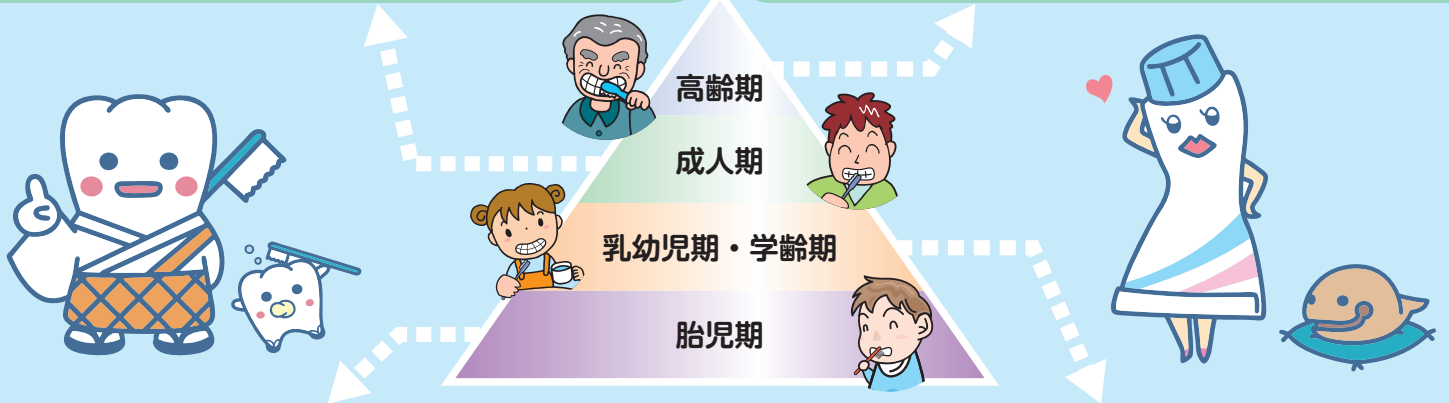
歯周病の直接の原因は歯周病菌ですが、歯周病菌のすみかとなる歯垢をためやすい悪い生活習慣（環境因子）にも注意が必要です。また、健康状態が悪く、抵抗力（免疫力）が落ちていると、歯周病菌が暴れやすくなります。

口腔ケアで誤嚥性肺炎を防ぎましょう

誤嚥性肺炎とは、食べ物やだ液が誤って気管に入ること（誤嚥）で起こる肺炎のことです。この肺炎を引き起こす細菌には、歯周病を起こす菌や入れ歯についている細菌が多くみられます。誤嚥があっても肺炎を起こさないために、普段から「お口のケア」を習慣にしておきましょう。

寝たきりになっても・・・

寝たきりの人の歯の健康や治療には、多くの専門家が連絡を取りながら行っています。介護保険制度で要支援・要介護の認定を受けると、歯科医師や歯科衛生士から介護に必要なお口のケアの訪問指導を受けることができます。自宅での訪問歯科診療も実施しています。かかりつけ歯科医や秋田県歯科医師会にお尋ねください。



マイナス1歳からのむし歯予防

妊娠するとホルモンバランスやだ液の量・質が変化し、むし歯や歯周病になりやすく、進行もしやすくなります。

お口の健康は赤ちゃんにも影響します・・・

重度の歯周病は、早産や低出生体重児の原因になるという報告もあります。

妊婦さんのお口の健康は、お母さん自身だけでなく、生まれてくる赤ちゃんの健康にも重要です。



歯科健康診査が公費で受けられます

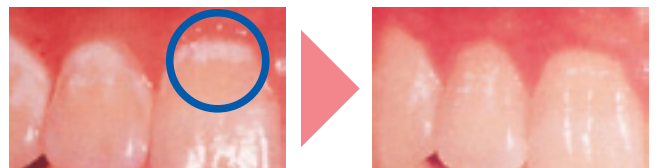
妊婦歯科健康診査受診票を利用することで、妊娠中に1回、歯科健診を公費で受けることができます。

フッ素をつかったむし歯予防

フッ素の働き

1. 歯の質を丈夫にする
2. 口の中の細菌の働きを弱める
3. できはじめのむし歯を治すことができる

できはじめのむし歯



●フッ化物洗口

フッ化物洗口液で歯みがき後にブクブクうがいをする方法です。1日1回または1週間に1回の利用法があります。長期間の継続利用で高い予防効果が認められています。

●フッ化物塗布

歯科医院などでフッ化物を直接歯に塗布する方法で、年に数回塗布します。歯質の弱い生えたての歯には特に効果的です。