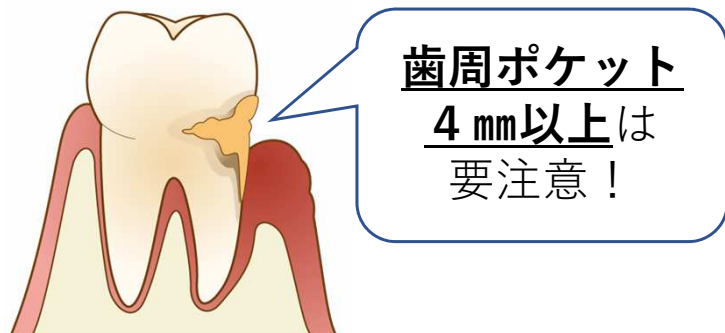


2人に1人が歯周病

歯周病の主な原因は、
歯と歯茎の間の溝＝歯周ポケット
の汚れ



その症状、歯周病かも！

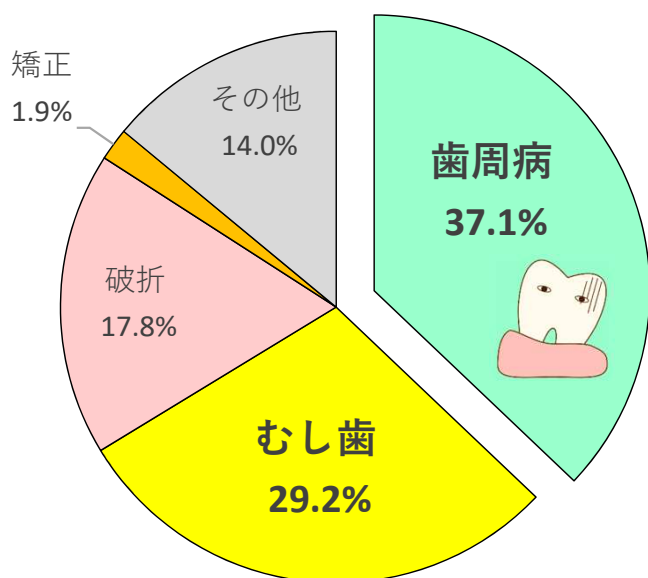
1つでも、あてはまると歯周病の可能性あります。

- ✓ 口臭が気になる
- ✓ 歯がグラグラする
- ✓ 歯みがきの時に出血する
- ✓ 歯肉が赤く腫れてきた
- ✓ 歯と歯の間に物が詰まりやすい



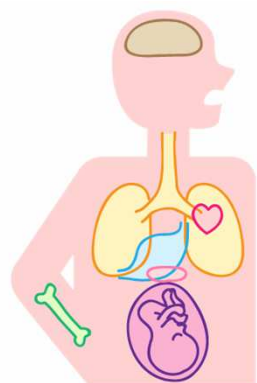
歯周病が悪化すると

歯を失う原因の第1位は歯周病



資料：公益財団法人8020推進財団
「第2回永久歯の抜歯原因調査報告書」（2018年）

歯周病は糖尿病、
心筋梗塞、脳梗塞、
動脈硬化等の全身
疾患と関係があると
いわれています。



予防はセルフケアとプロケア

セルフケア（家でできる予防）

- ・ 歯みがき
磨き残しを少なくし、
ブラッシングでプラーク除去
- ・ 歯間ブラシ、フロス等
歯と歯の隙間をきれいにする



プロケア（歯科医院での予防）

かかりつけ歯科医をもちましょう

- ・ 歯石の除去
- ・ 歯みがき指導
- ・ 歯のクリーニング



年に1回歯科検診を
受けましょう



佐賀市健康づくり課