

★歯を大切にするための情報をお届けします。



健康ニュース

小林歯科

0533-82-0555

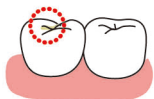
定期健診のメリットを再確認

歯の健康を長く守るためには、症状が出てから治療を受けるのではなく、「定期的に健診」を受けることがとても重要です。また、口腔内の健康は全身の健康にもつながる大切な要素です。ぜひ、定期的に健診を受ける習慣をつけましょう。

1. 自覚症状がない疾患を発見できる

定期健診では、歯科医師がお口の状態を細かくチェックし、自覚症状が出る前に疾患を発見することができます。早期発見ができれば、治療も軽く済み、歯を抜いたりするような大掛かりな処置を避けられます。特に、歯周病は進行すると歯を支える骨が溶けてしまうため、早期発見が非常に重要です。

初期のむし歯



初期の歯周病

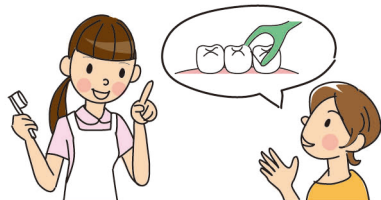


初期の口腔がん



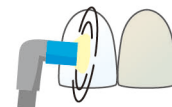
3. 正しいセルフケアが身につく

日々の歯磨きやフロスなどのセルフケアは、自己流になりやすいため、正しい方法ができていない場合もあります。定期健診では、歯科医師や歯科衛生士が皆さんの口腔内の状態に合わせたセルフケアのアドバイスをを行います。適切な方法でセルフケアを行うことによって、歯の健康をより効果的に保つことができます。



2. 口腔内を清潔に保てる

日常の歯磨きだけでは取り切れない歯垢や歯石を長期間放置すると、虫歯や歯周病の原因となります。定期的なプロフェッショナルケアでは、歯石や歯垢をしっかりと除去し、歯や歯ぐきを健康な状態に保つことができます。さらに、歯のクリーニングによって歯の表面が滑らかになると、新たな歯垢の付着が抑えられ、口臭予防にも効果的です。



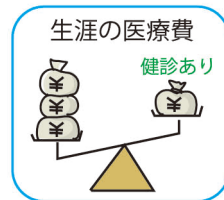
クリーニング



歯石取り

4. 生涯医療費の抑制につながる

虫歯や歯周病が進行してから治療を行うと、高額な治療費がかかることや、長期にわたる通院が必要になる場合があります。しかし、定期健診で早期に問題を発見できれば、大がかりな治療を避けることができ、結果として医療費を抑えることができます。さらに、予防ケアを継続することで、歯を長く健康な状態に保つことができるため、生涯にわたって治療費や通院時間を節約できます。



タバコとお口の健康&知っておきたいリスク

タバコはお口にさまざまな影響を与えます。まず、ヤニが歯に付着し、黄ばみの原因になります。歯みがきをしても完全には落とせず、長年の喫煙で歯が濃く変色することも。また、タバコは口臭の原因となり、周囲の人の印象にも影響を与えます。

さらに、喫煙は歯ぐきの血流を悪くし、歯周病を進行させる要因にもなります。歯周病が進むと歯ぐきが腫れたり、出血しやすくなったりし、最終的には歯を失うこともあります。自覚症状が少ないため、気づいたときには進行しているケースも少なくありません。

喫煙は口腔がんのリスクを高めることも知られています。タバコの有害物質が粘膜を刺激し、細胞にダメージを与えるためです。お口の健康を守るために、喫煙者の方は特に定期的な歯科健診とクリーニングを受けましょう。気になることがあれば、ご相談ください。

■ タバコの主なリスク ■



歯周病の悪化



色素沈着



口腔がんのリスクが上がる



口臭の悪化



ヤニの沈着