

定期チェックでアンチエイジング

誰もが、長い人生の最後まで、健康で元気に楽しく過ごしたいと願っています。ある調査によれば、残っている歯の本数が多い人ほど元気で自立しています。自分の歯でしっかり噛んで食べることが、元気な体をつくっているとわかります。

ところでお口の健康を考えたとき、私たちはむし歯や歯周病の症状を気にします。しかし、原因である歯垢（プラーク：細菌のかたまり）1mgの中に含まれている約1～2億個の細菌や膿を、毎日飲み込んでいることには無関心です。本当にこれで大丈夫なのでしょう？

近年の研究は、お口の中の細菌が血液や歯周組織から体に入り込み、全身疾患の発症に関係していると警告しています。全身の健康維持に、プラークの除去は欠かせないことがわかってきているのです。

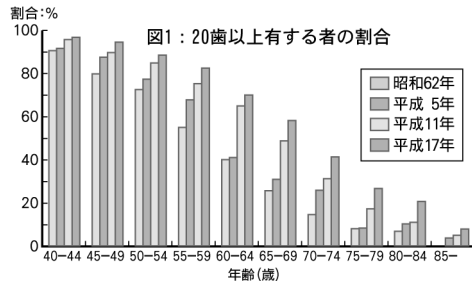
プロによるチェックとお手入れを定期的を受けて、お口の中の清潔を保ちましょう。お口のケアは、アンチエイジングの基本です。



●8020、どのくらい達成しているかな？

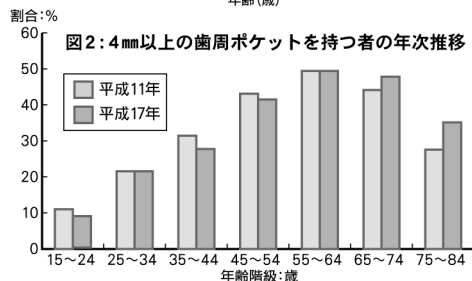
今回の調査で、80歳以上で自分の歯が20本以上残っている人は、29.4%でした。過去の調査結果と比較すると、平成5年度の約2倍、平成11年度の約1.7倍です。80歳で自分の歯を9本残している「8009」に到達しています。(図1)

平成17年度歯科疾患実態調査より



●やっぱり増えている？歯周病

55歳以上では歯肉に炎症をもつ人の割合が増加しているという結果がでました。診査が厳格化したことと、残っている歯の本数が多くなったことで数値が増えたようです。若い人では、歯や歯肉への関心の高まりを反映して、歯周疾患が減っています。(図2)



●歯磨き熱心派 増加中！！

一日に2回3回磨く人が多くなりました。正しく磨きましょう。

KOMIYA DENTAL NEWSLETTER

12 2006年 月号



今年も12月を迎えました。

さて、日本人の心の奥底には、1年を締めくくるとか、1年を振り返るとかいうものがあるようです。しかし、身体は健康や自然界の森羅万象は、年の区切りなく絶え間なく続いてゆきます。1年の区切りは人間が勝手に決めたもの。歯とお口をはじめ、身体は健康も常に継続して考えていかなくてはなりません。

放置するほど問題は蓄積され、治療のための通院回数も病状の困難さも増してしまいます。むし歯のある方、歯周病かなと感じている方は、早めの治療が必要です。手遅れにならないためにも、お知り合いの中に治療に踏み切れないでいらっしゃる方がおいでになりましたら、早めの通院を促して差し上げてください。でも本人の自覚ときっかけがないと、受診はなかなか難しいでしょう。

「今年こそ、今年こそはと思って また1年」(読み人知らず)
とならないようにお勧めいたします。

毎月保険証の提示に御協力頂きありがとうございます。
このニュースレターは当院のオリジナルで毎月発行しています。

診療日
変更の
お知らせ

・12月29日(金)～1月8日(月) 年末年始のお休み

こみや歯科

☎ 03-5699-8888

〒125-0041 葛飾区東金町1-45-2 ハヤシ駅前ビル2F

「インターネット予約確認サービス URL」 <http://www.dent-s.net/komiya/>

ホームページアドレス <http://www.wahaha.gr.jp> E-mail dental@wahaha.gr.jp