

歯科健診を受けましょう



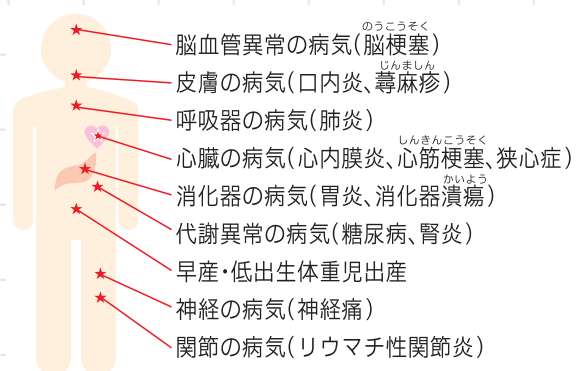
あなたのお口は大丈夫!? 積極的な受診を

健康で元気な生活をおくるために欠かすことができないお口の健康。歯と口の健康を維持することは、虫歯や歯周病にならないばかりでなく、からだ全体の健康や精神状態にも関係し、わたしたちの生活に大きな影響を与えます。

ここでは、歯の大切さや虫歯・歯周病の危険性、その予防などについて説明するとともに、市が実施している成人歯科健診についてお知らせします。

●虫歯や歯周病が病気の引き金に...

歯周病や虫歯になると、口の中に細菌が増えてきます。これをそのまま放っておくと、ついには細菌が血管に入って全身に広がり、いろいろな病気を引き起こしたり、生活習慣病(心疾患や糖尿病など)を悪化させたりすることがあります。また歯が痛かったり、歯が無かったりすると、食べ物をよくかまずに飲み込んでしまうため、胃や腸に負担がかかり胃腸の病気を引き起こします。表情や顔つきも変わり、力を存分に発揮することもできません。

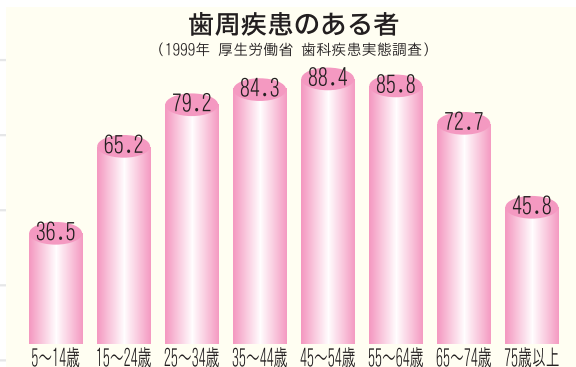


●歯周病は若いうちから進行

歯を失う原因の約90%は歯周病と虫歯。歯を失わないためには、これらの予防が大切です。

若いからといって油断は禁物。35～44歳の84.3%の人が、歯周病にかかっています。歯を失うのは、老化が原因ではなく、若いころに発症した歯周病が重症化した結果なのです。

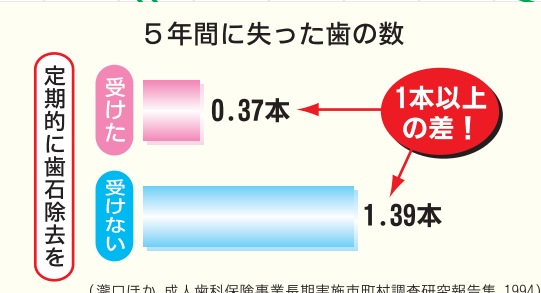
●歯周病とは...歯と歯肉の間に歯垢(細菌のかたまり)がたまり、歯肉に炎症が起きる病気。歯を支えている骨までも破壊し、歯が抜ける。以前は歯槽膿漏とも呼ばれていた。



●あなたの将来の危険度は?

歯周病は、将来的な危険度を定期的に検査し、治療・予防していくことが大切です。成人を対象とした歯周病予防の調査によると、定期的に歯石除去を受けると、受けなかった場合に比べ、5年間で1.39本の歯の喪失防止につながる事が分かっています。

あなたの歯周病の危険度はどのくらいでしょうか。成人歯科健診を受診して、チェックしてみましょう。



(瀧口ほか、成人歯科保険事業長期実施市町村調査研究報告集、1994)

●早期発見・早期治療は定期健診が最適

口の中の病気は、虫歯と歯周病だけだと思いませんか。顎関節症・粘膜疾患・口腔がんをはじめ、たくさんの病気があります。中には、自覚症状がないものや自分の歯が無くても起こるものもあります。

市は、6月から11月まで節目年齢の人を対象に「成人歯科健康診査」を実施しています。すでに対象者全員に通知書を配布していますが、転入してきた人など通知を受け取っていない場合は、各総合支所の保健担当課にお問い合わせください。

「よく噛んで食べて笑って、楽しい健口生活」はみんなの目標。人生を満喫するために、お口の健康は不可欠です。

積極的に健診を受けましょう。

- 対象者...40歳・50歳・60歳・70歳の節目年齢の人(平成20年4月1日現在の年齢)
- 受診場所...市内歯科医療機関
- 費用...900円 ※70歳の人、18年度市民税非課税世帯、生活保護世帯は無料
- 問い合わせ...各総合支所保健担当課



健診は市内歯科医療機関で受診します

「お口に "意識改革" を！」
奥州市歯科医師会

40歳以降の方が歯を失う最大の原因は歯周病です。40歳以上では8割以上の方が歯周病になっていますので、すべての人に関係する病気です。歯周病は歯周病菌の感染症であり、生活習慣病でもあるので、自己管理が重要です。

いくつになってもお口の健康な方は、特に症状が無くても定期的に健診を受けています。われわれも頭が下がるほど本当に、ご自身の歯を大切にしていってほしいです。今まで定期的なメンテナンスを受けてこなかった方は、自覚していないだけで、必ずどこかに問題を抱えています。まず健診を受けて、自分のお口の中の状態に関心を持ってください。ご自分のお気に入りの愛車やブランド品などは、丁寧にお手入れをしていることでしょう。歯はそれらの "物" とは比べようもないほど大きな価値があります。

これから味覚の秋を迎えます。たくさんおいしいものを食べて、いつまでも健康でいられるように頑張ってみませんか。

● Interview 「健診を受けてみた各区の皆さんからひとこと」



千葉尚さん (70) =水沢区=

歯に自信のある人ほど、この健診を受けたほうが良いと思います。70歳は無料というのもありがたいです。良い機会だと思って受診し8020(80歳で20本以上自分の歯があること)を目指して頑張りましょう!



千葉敦さん (50) =江刺区=

昨年治療したばかりで、自分はどこもなんともないだろうと思って受けに行ったのですが、治療しなければいけないところがまた見つかりました。治療のことだけでなく歯磨き指導を受けられたことが、とても良かったと思います。



千葉正道さん (40) =前沢区=

普段からしっかり歯磨きをするよう心掛けていますが、今回の健診で歯肉炎などの兆候があると知りました。これからの口腔ケアの方法を具体的に指導していただき、受けて良かったと思っています。



千葉イツさん (51) =胆沢区=

昨年受診しました。自分は大丈夫と思っていても、やはりプロの人に診てもらおうと思ぬ病気が見つかることもあります。早期に発見できれば、数カ月から数年かかるところを数回の治療で治ることもあるようです。健診の料金も格安です。



佐藤美江さん (60) =衣川区=

お口の健康に関心を持ち、維持していくことは、病気の予防につながるだけでなく、一つの勲章でもあると思います。いつまでも食事をおいしくとれることがとても大切だと思います。節目の年に、ぜひ健診を受けてみてください。