

お口から元気になろう！ 歯周病とからだの健康

「歯周病」とは、歯と歯茎などの歯を支える組織におけるさまざまな病気の総称です。歯茎の腫れや出血から始まり、放っておくと、やがて歯がぐらついて抜けてしまうこともあります。

10代の若者の60%が、歯周病のかかり始めの歯周炎になって

いて、中高年になると80%以上が「歯周病」にかかっているといわれています(全国歯科疾患実態調査)。



歯周病とからだの病気



歯周病は、歯周病菌という細菌が出す毒素が口から体を回り、さまざまな臓器にも悪い影響を与えているといわれています。

- 動脈硬化や狭心症・心筋梗塞などの心臓病のリスクを高める！

歯周病菌が動脈硬化になっている血管に付着すると、血管を狭める作用を促進すると考えられています。

- 糖尿病を引き起こしたり、悪化させることも!?

糖尿病の人は、免疫力が低下して歯茎の炎症が起こりやすくなるため、糖尿病が歯周病をもたらし、悪化させるといわれています。

さらに歯周病がひどくなると、血糖値をコントロールするインスリンの働きを妨げて、糖尿病の状態を悪くするといわれています。

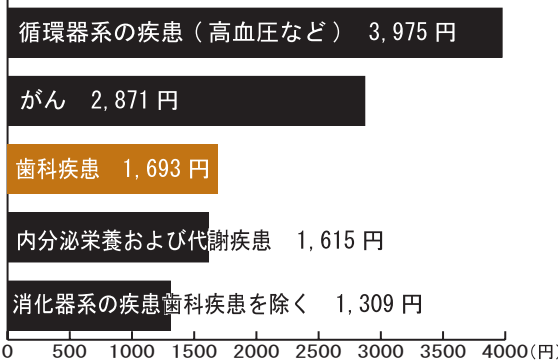
- 他にも肺炎や認知症、妊娠・出産などにも影響がある！

歯科疾患の医療費は

1カ月当たり1693円！

牛久市の歯科疾患の1カ月1人当たりの医療費(入院・入院外含む)は1693円(表1参照)です。これは高血圧などの循環器疾患、がんに次ぐ医療費の高さです。そして歯科疾患の中で、歯周病は8割を占めます。

【表1】1カ月1人当たりの医療費上位5項目
(平成24年5月診療分)



歯周病予防には欠かせない「セルフケア」と「定期検診」

歯周病予防には、歯みがきなどのセルフケアに加え、歯科医師や歯科衛生士など、専門家のサポートも欠かせません。

歯周疾患検診を

受けましょう

10年に一度のチャンス！

検診の対象者は…

- 30歳
- 40歳
- 50歳
- 60歳
- 70歳
- 80歳

の節目の方(平成25年3月31日現在)

歯周疾患検診では、主に歯周病の進行具合を確認してアドバイスを行います。10年に一度の節目検診になり自覚症状がなく普段なかなか歯医者さんに行かない人こそ、この機会をぜひご利用ください。対象となる方には、5月上旬ごろ受診券をお送りしています。まだ受診していない方には、11月末にお知らせのはがきをお送りしています。



歯周疾患検診は、牛久市歯科医師会全ての医療機関の協力のもと実施しています。下記のマークがある歯科医療機関で受診してください。



第7回健康講座

歯が丈夫で、歯茎などの口の中の状態が良い人は、健康で長生きできるということが、近年明らかになれつつあります。今回は、歯周病の基礎知識から、からだへの影響について長岡未佐子先生をお招きし、ご講演いただきます。併せて「お口の健康体操」を行います。皆さんと一緒にいきましょう。参加費は無料です。

※人数が多い場合は、椅子のみの席となりますのでご了承ください。

日時 12月13日(木)午後1時30分～3時

場所 市保健センター研修室(2階)
テーマ 「お口から元気になる！」

歯周病とからだの健康」
講師 長岡未佐子先生(ながおか歯科医院)

申し込み方法 要予約。窓口、電話、FAX、Eメールでお申し込みください。

申込締め切り日 12月10日(月)

申・問 健康管理課(市保健センター内)

☎内線1742(平日午前8時30分～午後5時15分受け付け)

FAX 873・1775 Eメール

kenkou@city.ushiku.ibaraki.jp

ル

2月に今年度最後の集団健診実施！

特定健診や各種がん検診を行っています

皆さん、今年度の健康診断はお済みでしょうか？まだこれからという方は、平成25年2月に今年度最後の集団健診を実施しますので、健診を受けましょう！

日程		受付時間	場所
平成25年 2月	1日(金)	① 8:00～ 8:30	市保健センター
	2日(土)	② 9:00～ 9:30	
	3日(日)	③ 10:00～ 10:30	
	4日(月)		

※詳しくは保健センター年間予定表「すこやか」または健康管理課ホームページをご覧ください。

市保健センターイメージキャラクター
メタ坊くん



腹部超音波単独の検査を実施します！

6月から平成25年2月の集団健診で特定健診を受診した方に限り、お申し込みが可能です。

腹部超音波検査では、血液検査の結果などを比較することがありますので、必ず事前に「特定健診」を受診してください。

日程		受付時間	場所
平成25年 2月	25日(月)	① 8:00～(20人)	市保健センター
		② 9:00～(20人)	
		③ 10:00～(20人)	
	26日(火)	④ 11:00～(10人)	

※申し込みが多数あった場合は、予備日を設定しています。

申込期間 12月18日(火)午前9時～平成25年2月8日(金)※定員になり次第締め切り。

申し込み方法 電話または健康管理課(市保健センター内)窓口でお申し込みください

申・問 健康管理課(市保健センター内) ☎内線1742(平日午前8時30分～午後5時15分受け付け)