

歯周病を予防しましょう

歯周病とは？

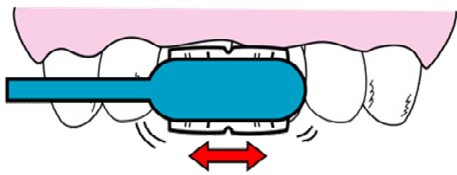
はぐき
歯茎や歯を支える周りの組織に起こる病気です。主な症状として
はぐき
歯茎の腫れ・出血・膿などで放っておくと歯がぐらつき最後には抜け落ちてしまいます。

歯周病は自覚症状が少ないことで治療が遅れ、結果的に歯を失ってしまうことがあります。

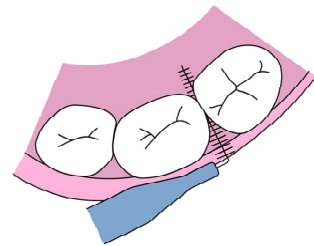
また、歯周病菌が毛細血管を通じて全身に運ばれると、**糖尿病の悪化・心臓病・脳卒中**などの**危険性が高まる**といわれています。

毎日の丁寧な歯みがきで歯周病を予防し、歯と体の健康を守りましょう。

歯みがきポイント

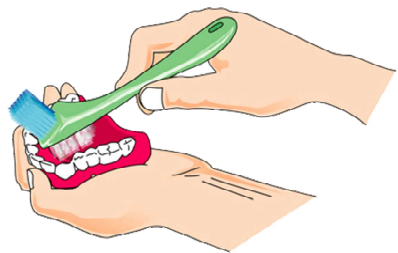


歯と歯茎のさかいめは、小刻みに振動させるようにみがきましょう。

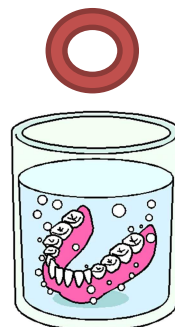


歯と歯の間は、すき間に合った歯間ブラシを使いましょう。

義歯（入れ歯）のお手入れ



義歯（入れば）も、ご自分の歯と同様毎食後に、口から外してみがきましょう。



歯みがき剤は使用せず、最低でも週に1回は入れ歯洗浄剤を使用しましょう。

