

あさか外来通信

R2.6月号

定期検診って
本当に**必要**なの？

定期検診の重要性

定期検診の受診率が**約90%**と言われているスウェーデン・アメリカなどの**予防先進国**に比べ、日本の受診率はなんとたったの**約2%**です。

予防先進国と日本の80歳までの残存歯数



スウェーデン

25本



アメリカ合衆国

17本



日本

9本

他の国と日本の差って何？

予防先進国では、衛生士さんによる**プロフェッショナルケア**を定期検診で受けている方の割合が比較的に多いです。

定期検診は、歯のお掃除をしているだけでなく**虫歯**の早期発見や**歯周病**の**予防**をしていくためには**必要不可欠**なのです！

80歳になっても、自分の歯を維持し続けるには**3か月に1回**の受診が理想的です。

また、レントゲンも**1年に1回**撮影することをオススメします。

肉眼では分かりにくい、**骨**や歯の**根っこ**の状態を確認するためです。



衛生士さんによる**プロフェッショナルケア**とは？

プロフェッショナルケアとは、

歯科医院で受けるクリーニングのことを言います。

主に**歯垢・歯石の除去**、**歯磨き指導**、**フッ素塗布**を行います。



しこう

歯垢と**歯石**の違い

しせき

歯垢とは、歯の表面や歯と歯茎の境目、歯と歯の間に付着している、白くネバネバした**細菌のかたまり**をいいます。**水に溶けにくく**、歯にしっかりと付着しているため、うがいなどでは簡単に落ちず、**歯アラシ**や**歯間アラシ**でなければ、キレイに落とすことが出来ません。

歯石とは、歯垢が唾液の中の細菌と結びついて、歯と歯の間や歯と歯茎の間で、石灰化した**硬いかたまり**のことをいいます。歯石も歯垢も、**歯周病**の原因となります。歯石の表面はヤラヤラしているため、その上にさらに歯垢が付着しやすくなります。歯石は**専用の機械**でないと除去することが出来ません！



歯磨きをしないと...



健康な歯



歯垢・歯石が付着



歯茎の炎症
グラグラしてくる

プロフェッショナルケアだけでなく、患者様自身の**セルフケア**も重要です。定期的に歯科医院でメンテナンスを受けても、毎日行う歯磨きがしっかりと行えてなければ効果的な**予防**に繋がりません！

歯垢・歯石の中に含まれている**細菌**が、病気を発症させる根本の原因です。歯の健康維持は、歯磨きによる**歯垢の除去**が効果を高めていきます。

定期検診と**セルフケア**
を両立させ歯の健康を
保ちましょう♪



過去の外来通信・医院についてはこちら

医療法人 寛友会
浅賀歯科医院

