

お口のこと、放ったらかしにしてませんか？

もう何年も歯医者に行っていない」

「つめ物の周りが黒っぽくなってきたけど痛くないから…」

「最近歯石とってないけど、平気だし、行くの面倒くさいし…」

…と言って歯医者から遠ざかっている人、そのうち辛い思いをしながら長期間通院することになりますよ！

♡ 悲惨な末路---虫歯編



左の写真をご覧ください。以前治療したつめ物の周りが、またむし歯になっています。この段階で治療すれば、通院回数は1,2回ですみます。これをそのまま放置するとむし歯が歯の神経まで侵し、時には激痛を伴って顔が変形するほど腫れ上がることもあります。こうなってしまうと治療回数や治療費は初期のむし歯のそれと**比べる**とかなり増えてしまいます。痛みなど自覚症状のないむし歯を自分で見つけるのは難しいです。かかりつけの歯科医院で定期的に検診を受けてください。

♡ 悲惨な末路---歯周病編



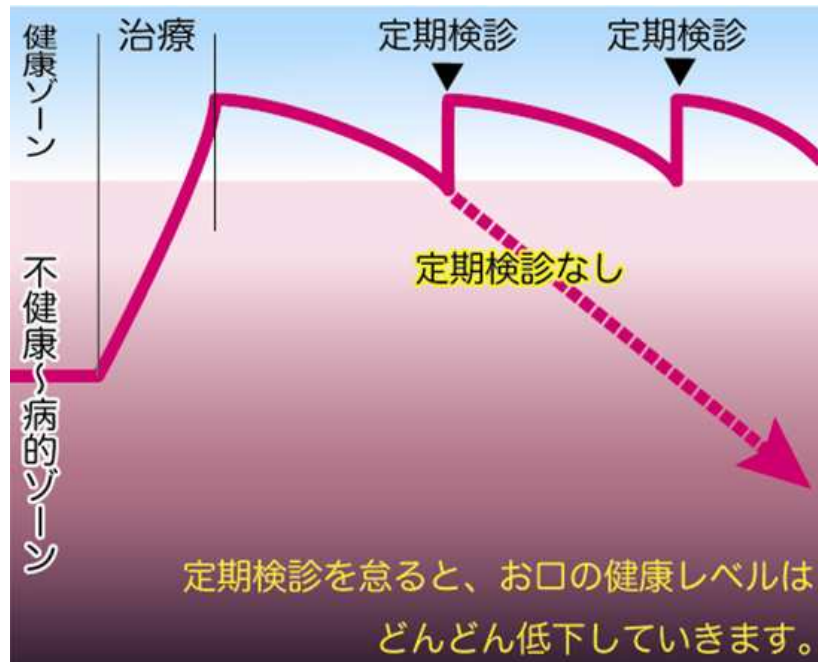
鏡で自分のお口の中を眺めてみましょう。左の写真のように歯ぐきが赤くなったり（発赤）、腫れぼったくなっていたり（腫脹）、歯石がたまっていますか。このような状態でも痛みなどの不快感を自覚しない人も多いのですが、既に重症の歯周病（歯槽膿漏）です。歯周炎は、歯を支えている土台=歯ぐきの骨を破壊する生活習慣病です。知らないうちに進行し、症状が悪化するまで自覚しにくい病気です。放置しておくと、歯ぐきから膿がでたり、激しく痛んだり

③の写真のように歯がグラグラして抜け落ちてしまいます。さらにこれはお口だけの問題ではありません。最近の研究で、歯周病はさまざまな全身の病気を引き起こしたり、症状を悪化させたりすることが分かってきました。全身疾患と歯周病の詳細については、次の歯っぴースマイルでお話します。

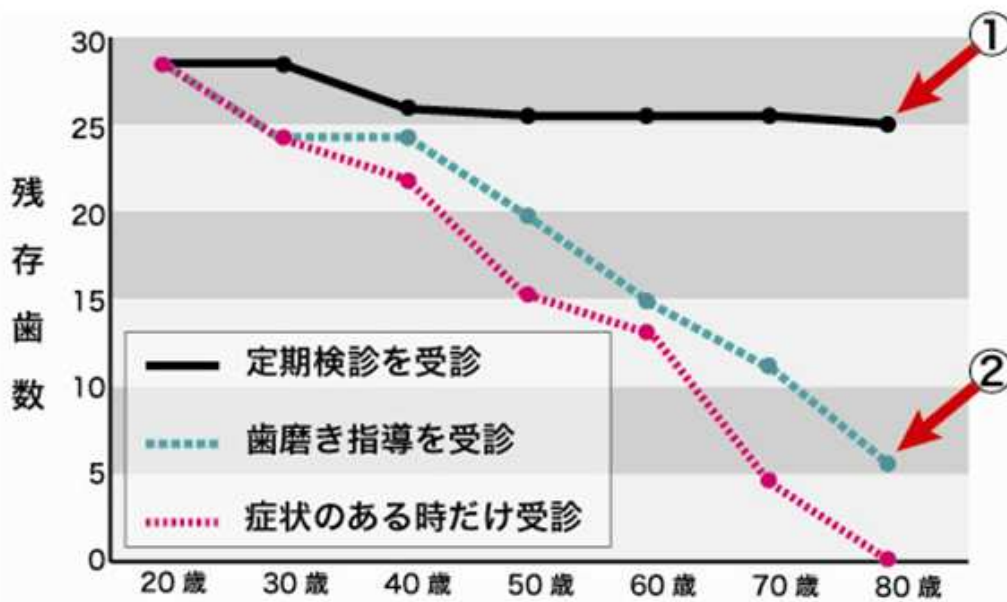


♡ 定期的にお口のチェックを受けましょう！

しっかり治療しても、再びお口の管理を放ったらかしにすれば元の木阿弥。昔治療した部分にガタが来たり、以前はぴったりしていた入れ歯が緩くなったり、いつの間にか歯石がたまって歯周病が再発・進行したり……お口の健康レベルがどんどん低下してしまいます。それを防ぐには定期検診（お口のチェックとお掃除）が絶対必要です。例えば、半年毎とか3ヶ月毎とか…あなたのお口に合った間隔で定期検診を受けましょう。お口の中のチェックでもし異常が見つければ、軽症のうちに治療を始められ、次のページにあるようにお口の健康が維持されます。



そして、下のグラフが示すように、定期検診を確実に続けていけば、高齢になっても自分の歯でしっかり咬める可能性は高くなります。



① …定期検診 (含、歯石除去・歯面清掃) を受けると 80 歳でも歯は殆ど無くならない。

② …歯磨き指導を受けて家で磨くだけでは、80 歳で、歯はわずか 5 本しか残らない。

♡ まとめ

- むし歯も歯周病も無症状でかなり進行します。
- ひと通り治療が終わっても油断は禁物。
- 定期検診で早期発見、早期治療。かかりつけの先生と相談して、自分の症状に合った周期で検診を受けましょう！