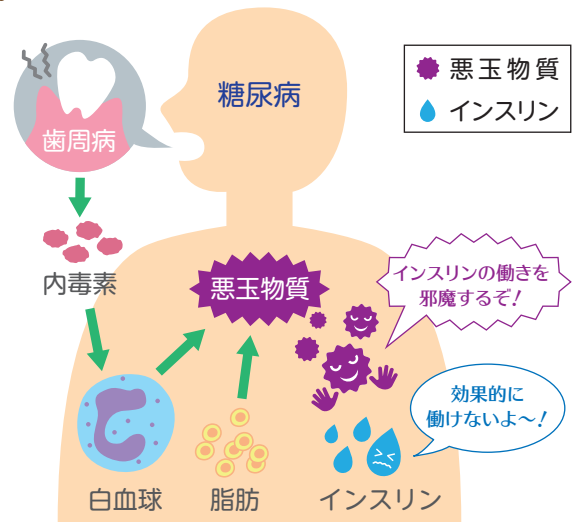


糖尿病で治療中の方へ お口の健康に関するご案内

糖尿病と歯周病って関係あるの??

糖尿病の人は歯周病になりやすく、悪化しやすいといわれており、歯周病がひどくなると、インスリンの血糖値をコントロールする働きを妨げて、糖尿病の状態を悪くするといわれています。歯周病は糖尿病の6番目の合併症ともいわれています。

しかし最近では、歯周病を改善すると糖尿病の状態もよくなるというデータも発表されています。



そもそも…歯周病とは?



歯周病とは、歯と歯を支える組織(歯周組織)における様々な病態の総称です。歯ぐきの腫れや出血から始まり、放っておくとやがて歯がグラついて抜けてしまう恐ろしい病気です。

歯周病の原因は、歯と歯ぐきの間に溜まった歯垢(プラーク)の中にある歯周病菌です。

☑ 歯周病セルフチェック

- 歯ぐきに赤く腫れた部分がある
- 歯ぐきがやせてきた
- 歯が浮いたような感じがする
- 歯みがき後、歯ブラシに血がついたり、すすいだ水に血が混ざることがある
- 歯と歯の間の歯ぐきがうっ血していてブヨブヨしている
- 歯ぐきから膿が出たことがある
- 口臭が気になる
- 歯と歯の間に食べ物がつまりやすい
- 指でさわると少しグラつく歯がある



※**要注意** セルフチェックにあてはまらなくても、歯周病が進行していることもあります。

まずは歯科医院でお口の状態をみてもらいましょう

歯がなくなっている、入れ歯中心で食事を食べられている方も、現在の「お口」の状態チェックを！

最寄りの歯科医院などで
チェックを受けましょう。



歯周病治療で大切なこと…

歯周病の治療や予防には、歯と歯ぐきの上に溜まった歯垢（プラーク）を取り除くことが大切です。そのためには、「毎日の正しいブラッシング」と「歯科医院での定期的な（歯科医師・歯科衛生士による）プロフェッショナル・プラークコントロール」が重要です。

患者さん自身の毎日の
正しいブラッシング

歯科医師・歯科衛生士に
よるプロフェッショナル
プラークコントロール



健康な歯と歯ぐき



入れ歯や歯がない状態の方も、糖尿病治療で栄養指導を受けたことを実践するためには、食事をよく噛んで食べられるお口の機能を保つことも大切です。歯科医院へ定期的に受診しましょう。

糖尿病と歯周病には深い関係があることがわかってきたんだ。
まずは自分のお口の状態を知ることが大切だね。
ぜひ近くの歯科医院で定期的に歯科健診を受けよう！



歯科健診及び治療の予約や料金等については直接歯科医院へお問い合わせ下さい

兵庫県歯科医師会

