

# 知っていますか？

# 歯周病のこと

## 歯周病ってどんな病気？

歯周病とは、細菌の感染によって引き起こされる炎症性疾患で、歯の周りの歯ぐき（歯肉）や歯を支える骨（歯槽骨）が溶けてしまう病気です。歯と歯ぐきの境目の清掃が行き届かないでいると、そこに多くの細菌が残ったままになり、歯ぐきの辺縁（ふち）が炎症を起こして赤くなり、腫れや出血が見られます。（歯肉炎）そのまま放っておくと歯を支えている骨が吸収され、歯がぐらつくようになり、抜けてしまうこともあります。（歯周炎）

### 歯周病の原因は

### 「プラーク」（歯垢）

プラークとは、歯の表面についた細菌のかたまりです。歯ぐきの腫れや出血はプラークによって引き起こされます。



CHECK

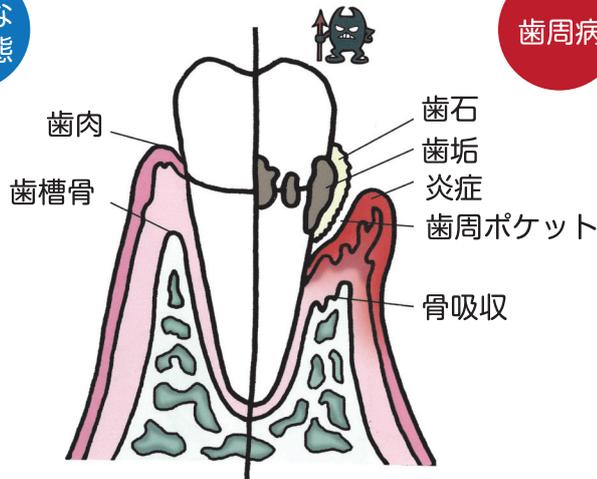
### 歯周ポケットとは？

歯と歯ぐきの間には、わずかな隙間（溝）があります。この溝の深さのことを言います。

**4mm**以上になると歯周病が進行しています。

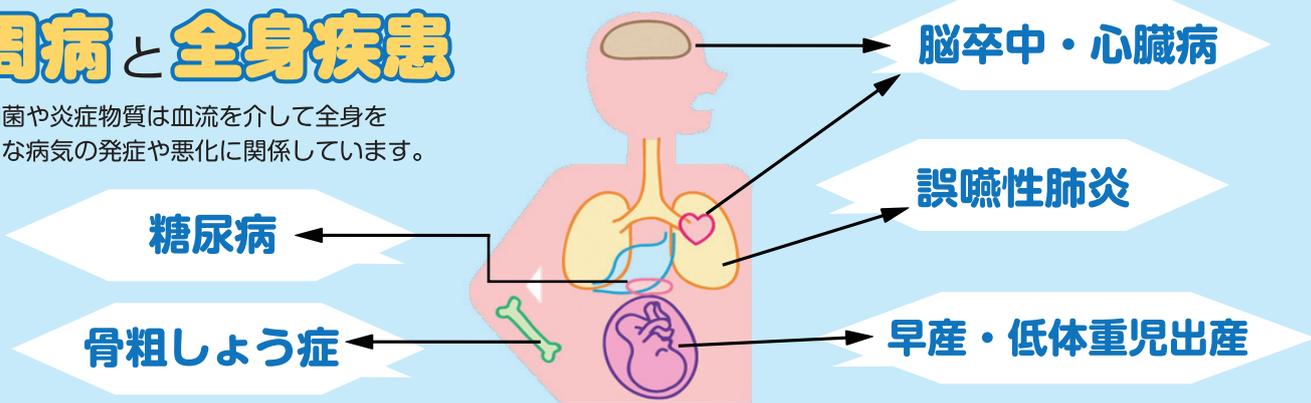
健康な状態

歯周病

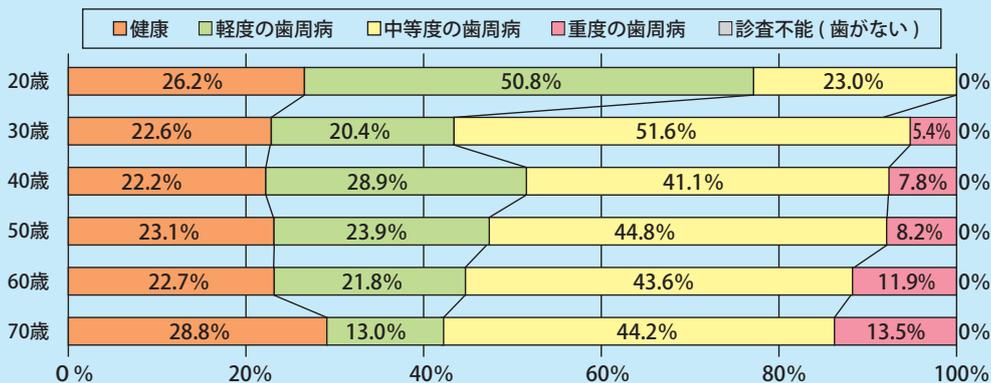


### 歯周病と全身疾患

歯周病細菌や炎症物質は血流を介して全身を巡り様々な病気の発症や悪化に関与しています。



### 歯周病の罹患状況（令和7年度薩摩川内市歯周病検診結果）



CHECK

20歳の中等度の歯周病の割合は23.0%ですが、30歳になると約2.2倍の51.6%に増加しています。

若い世代からの予防が重要です！



## こんな症状はありませんか？

- 歯ぐきが赤く腫れている
- 歯みがきの時に出血する
- むずがゆい感じがする
- 時々腫れて痛む
- 歯が長く伸びたように感じる
- 歯がグラグラ動く感じがする
- 歯と歯の間に食べ物がはさまる
- 歯ぐきを押しえると膿がでる
- 朝、起きたときに口の中がネバついて変な味がする
- 息が臭いと言われる

1つでもチェックのあった人は **要注意!**  
歯科医院で検診を受けましょう



## 2つのケアで歯周病予防

### 毎日のお手入れ！セルフケア

- ていねいに歯を磨く
- 歯間ブラシやフロス（糸ようじ）などの補助道具の使用
- よく噛んで食べる
- 栄養バランスのとれた食事



### 定期的にチェック！

### プロフェッショナルケア

- 定期的な歯科健診を受ける
- 正しい歯みがきの方法を教わる
- 歯石取りや歯のクリーニングを受ける



お口の健康を守るためには・・・

「セルフケア」と「プロフェッショナルケア」の両立が必要です。  
2つのケアを継続していくことが歯を守る秘訣です。

ご案内

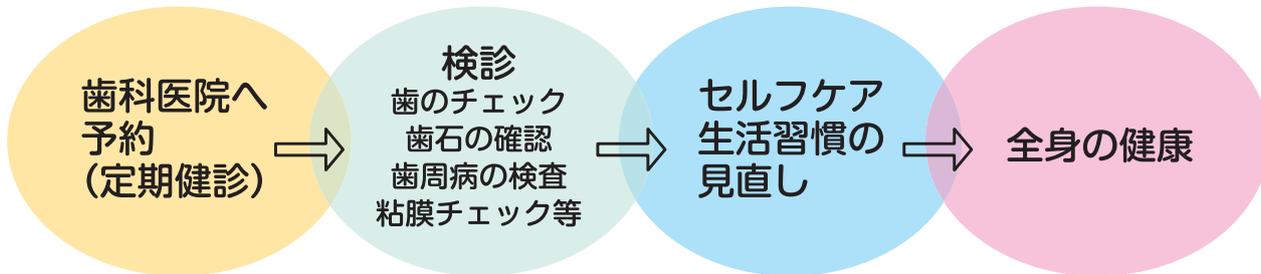
20歳・30歳・40歳・50歳・60歳・70歳 の節目の方は  
**無料**で「**歯周病検診**」を受けることができる  
**チャンス**です!!!

### 薩摩川内市歯周病検診

- 【対象者】 20・30・40・50・60・70歳の薩摩川内市民
- 【費用】 無料※
- 【実施場所】 薩摩川内市及びさつま町の歯科医院（HP 実施医療機関にて）



▲歯周病検診を受けましょう



歯周病は、重症になるまで自覚しにくい病気です。  
自分の歯や歯ぐきの状態を確認するために、「歯周病検診」を受けましょう。  
また定期的に歯科検診を受けることで、歯周病の早期発見や予防につながります。

**歯周病を予防して全身の健康にもつなげていきましょう。**

【問合せ先】

薩摩川内市市民健康課 川内保健センター TEL (0996) 22-8811

※検診結果で何らかの処置（むし歯の治療や歯石除去等）が必要と診断された場合、その処置を受けられる際には、検査料や処置料等の自己負担金が必要になります。