

歯周病のチェックをしましょう！

お口の疾患は様々な全身疾患と関連していることが報告されていて、お口の健康状態は全身的な健康状態と密接な関連があります。特に、糖尿病と歯周病は互いに深く関連して進行する病気です。歯周病チェックリスト、鏡によるセルフチェックで、お口の健康をチェックしてみませんか？

歯周病チェックリスト☑

- 朝起きたときに、口の中がねばねばする
- 歯みがきのときに、出血する
- 硬いものが噛みにくい
- 口臭が気になる
- 歯肉が時々腫れる
- 歯がグラグラする
- 歯肉が下がって歯と歯の間に隙間ができてきた

上記のような症状がありましたら、歯周病の可能性があります。早めに歯科医院を受診し全身の健康も守りましょう！

鏡によるセルフチェック あなたの歯肉はいかがですか？



歯肉炎

- ①歯肉が赤い
- ②歯と歯の間の歯肉が丸みを帯びふくらんでいる
- ③歯みがきなどで出血がある



歯周病

- ①歯肉が下がり歯の根が見える
- ②歯みがきなどで出血や膿が出る
- ③歯と歯の間が広がり食べ物もよくつまる
- ④歯がグラグラする

進行すると

気になる症状や鏡でのセルフチェックにおいて異常が見られた場合、かかりつけ歯科にご相談ください！

さいたま市歯科口腔保健の推進に関する条例に、労働者が歯科保健指導等を受けることができるよう職場環境の整備に努めることが事業者の責務として定められています。

問い合わせ先 さいたま市保健衛生局保健部保健衛生総務課
電話 048-829-1287