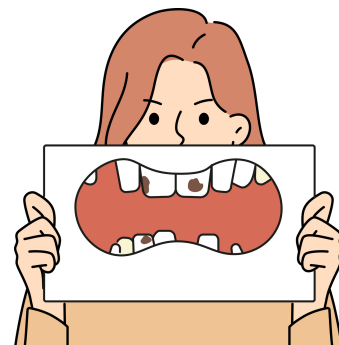




歯周病

歯周病とは、細菌の感染により歯ぐきの炎症が起きたり歯を支える骨が溶けてしまう疾患です。痛みはほとんどなく、気付かずに悪化すると歯を失う可能性もあります。



歯周病のリスク因子

- 1 糖尿病 
- 2 喫煙 
- 3 口腔の乾燥状態 

心当たりのある方は注意しましょう！

予防と対策

- ・ 毎日の歯磨き
 - ・ 定期的な歯垢の除去
- 歯ブラシだけでなく

フロス 歯間ブラシ 洗口液

なども活用しましょう

- ・ 定期健診 3ヶ月に1度が目安 

参考文献：e-ヘルスネット「歯周病の予防と治療」

糖尿病との関連

歯周病関連の炎症物質がインスリンの効き目を悪くし糖尿病を悪化させます

歯周病を治療すると
血糖コントロールがよくなる

歯周病

糖尿病

糖尿病に罹ると
歯周病が発症しやすい

免疫力低下
易感染性

その他の発症リスク

- 1 脳梗塞・心筋梗塞

3～4 倍

- 2 早産(低出生体重児)

3～7 倍

妊娠期には、ホルモンの関係で歯肉炎※になりやすいとされています。歯肉炎・歯周病に罹患すると、早産のリスクが高まるので、注意しましょう！

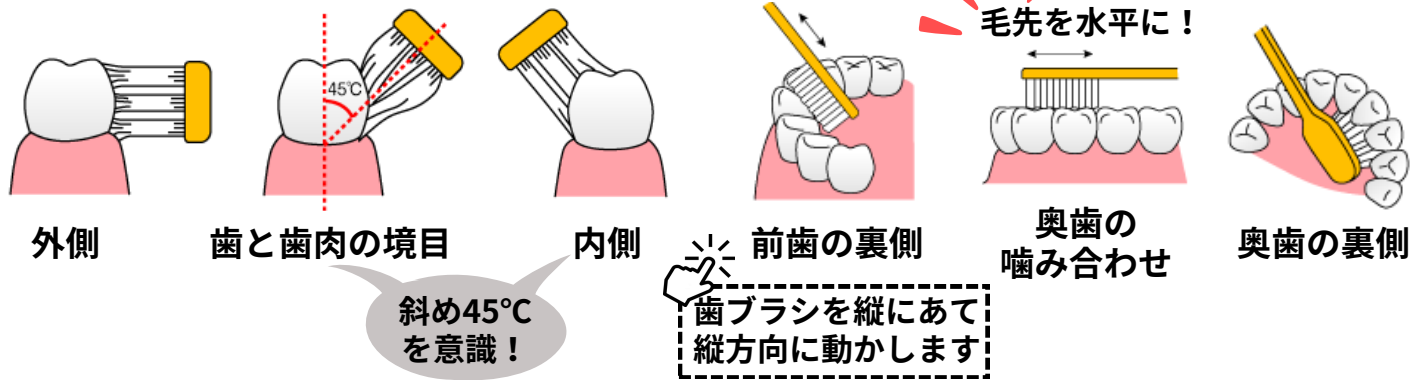


※歯肉炎：歯ぐきのみに炎症が起きている状態。歯周病の初期段階。

正しい歯の磨き方



お口の健康状態は全身の健康状態と密接な関連があります。
毎日の歯磨きでお口と体の健康を守りましょう。



高齢期になると歯を失うことで、咀嚼・嚥下機能が低下し食事が十分に摂れなくなります。低栄養の危険性が高まるので注意しましょう。



オススメ健康食品



おくすり屋さんの

柿渋のど飴

のどに優しい

「金銀花」「柿渋」

「甘草」「板藍根」配合

ほんのり甘い紅茶風味のど飴

354円(税込み)

生環研

305円(税込み)

プロポリスVCのど飴

天然の抗菌成分
プロポリス配合

子どもから大人まで！
親しみやすい「はちみつレモン味」



オナカマ食堂のご案内

配食サービスを活用した食堂です。
食べにくい・飲み込みにくい
糖尿病や高血圧の食事など相談できます。

12月・R6.1月の開催日

~~12/13~~・1/10

【富田林】ご予約受付中

富田林市向陽台2-2-12

フェリスカフェ

【河内長野】ご予約受付中

12/15・1/19

河内長野市立交流センターキックス

1/21

河内長野市西之山町7-2

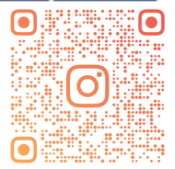
キタバ河内長野店2F

※ご予約は店舗のスタッフまで



チェック

Instagramにて
栄養についても
毎週更新中！



KITABAEIYO