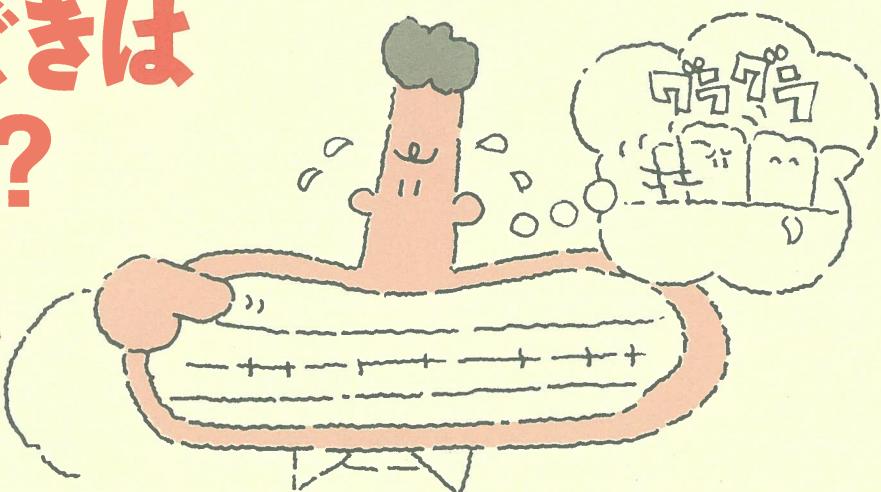


# あなたの歯ぐきは だいじょうぶ?

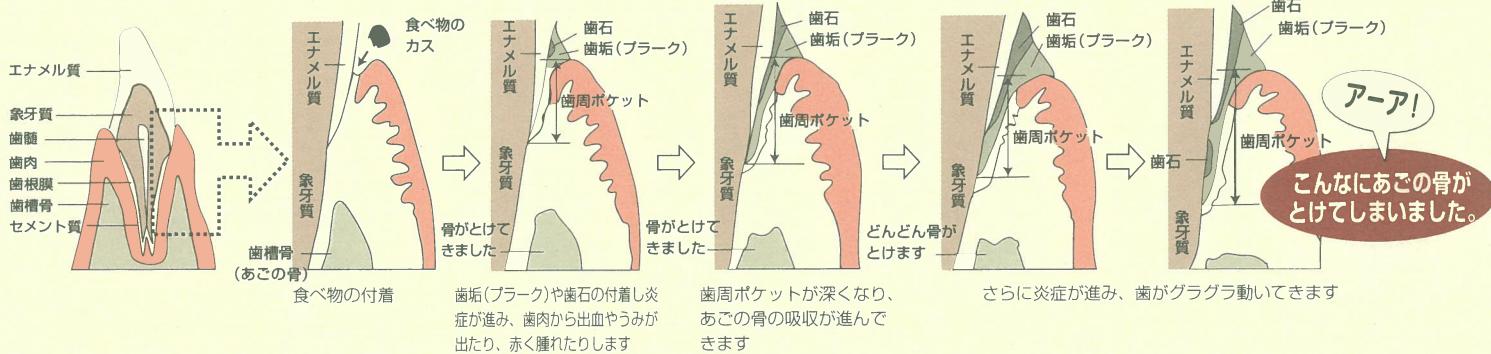
誕生月には定期健診を  
受けよう!!



口の中にみがき残した食べ物が歯肉に付着し、時間がたつと、口の中の細菌が歯と歯ぐきの間に入り込み、歯ぐきの腫れや出血を引き起こします。このように口の中の状態が悪化すると、正常時における細菌間のバランスが著しくくずれ、悪玉である歯周病原性細菌が

増殖し、歯周病を起こします。歯肉からの出血やうみが出たり、赤く腫れるなどの症状を伴います。その結果、病的な歯周ポケットというものが形成され、アゴの骨の吸収が起こり、歯の動搖につながります。最悪の場合には、歯が抜け落ちることがあります。

## 放置しておくとあごの骨が溶けていきます



## 歯周病 CHECK POINT

- 歯ぐきは薄いピンク色で、歯との間の歯ぐきは引き締まっている
- 歯ぐきが紫色や赤色になっている
- 歯ぐきがむずがゆく、歯が浮いた感じがする
- 歯みがき程度の軽い刺激で、歯ぐきから出血することがある
- 朝起きたとき、口の中がネバネバする
- 歯ぐきが赤く腫れてブヨブヨする
- 何もしないのに歯ぐきから出血することがある
- 歯が浮いて、食べ物がかめない
- 冷たい水でうがいをするとシミる

0点  
5点  
5点  
5点  
10点  
10点  
15点  
15点  
20点

0点

**歯ぐきは健康です。**

今は健康でも安心は禁物。毎日の効果的なブラッシングで歯周ポケットの中をクリーンに保ちましょう。

**5~25点 歯周炎かもしれません。**

ブラッシングで歯周ポケットの中をクリーンに保ちましょう。歯科医に見てもらって下さい。

**30点以上 歯周炎の恐れがあります。**

すぐにでも歯科医院に行きましょう。



歯科医師・歯科衛生士はあなたの強い味方!  
お口の健康を守るプロフェッショナル!

**広島市歯科医療福祉対策協議会**

〒730-0043 広島市中区富士見町11番9号 広島市歯科医師会事務局内 TEL(082)244-2662