

# 歯周病

ひとごとでは  
ありません!!



細菌感染によって、歯ぐきに炎症が起こる病気です。

こんなふうに行進します

①歯と歯ぐきの境目（歯周ポケット）に汚れがたまり、細菌が繁殖して炎症が起こります。

- ▶歯ぐきが赤くなったり、腫れたりする。
- ▶歯みがきのとき、歯ぐきから血が出る。

②歯周ポケットが深くなり、さらに細菌が繁殖して、歯を支える骨（歯槽骨）が溶け始めます。

- ▶硬いものがかみにくい。
- ▶歯ぐきが縮んで、歯が長く見える。
- ▶歯みがきのとき、歯ぐきから血やうみが出る。

③歯槽骨がさらに溶け、歯がグラグラ動くようになります。

▶歯が自然に抜け落ちたり、抜歯治療が必要になる。

### 歯周病の自己チェック

「CHECK!」

- 朝、起きたとき、口の中がネバネバする。
- 口のおいが気になる。
- 歯をみがくと、歯ぐきから血が出る。
- 歯ぐきが赤い。
- 歯ぐきがムズムズする。
- 食べものが歯にはさまりやすい。
- 歯が長くなってきた。
- 硬いものがかみにくくなった。

当てはまるものが3つ以上ある人は、歯科を受診し、指導・治療を受けましょう。

### 歯周病の実態

【15～19歳】

歯肉に所見のある者 69.1%

- ブローピング後の出血 23.6%
- 歯石の沈着 40.9%
- 歯周ポケット 4mm以上6mm未満 4.5%

「平成23年歯科疾患実態調査」厚生労働省

15歳～19歳の3人に2人以上（69.1%）に「歯肉の所見」があり、そのうち、歯周病の目安となる「歯周ポケット4mm以上6mm未満」の人も4.5%という結果でした。

### 歯みがきの回数

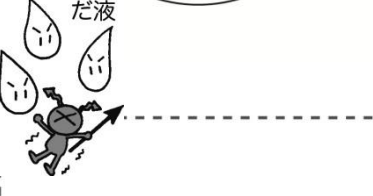
毎日みがく 95.4%

- みがかない 1.2%
- ときどき 1.8%
- 3回以上 25.2%
- 2回 48.3%
- 1回 21.9%
- 不詳 1.6%

「平成23年歯科疾患実態調査」厚生労働省

「毎日、歯をみがく」と答えた人の約半数は、「1日2回」。1975年の調査と比べて3倍以上となっています。歯や口の健康についての意識の高まりが反映された結果です。

※ブローピング：器具を使って歯周ポケットの深さを測ること。



## むし歯の状態を理解しよう!

むし歯とは、むし歯菌の作り出す酸が、歯を溶かすことをいいます。

〈C1〉

むし歯のつくる酸でエナメル質が溶けています。

〈C2〉

象牙質まで溶けてしまいました。

〈C3〉

歯の神経のところまで溶けてしまいました。

Q1 動物たちがケンカしています。歯の数が多い順番に並びたいようです。どの順番に並んだら、正解なのかな？

- 鳥
- 人間(永久歯)
- 豚
- 犬
- ゾウ
- ネズミ

Q2 歯が抜けても、ベルトコンベア一みたいに次の歯がでてくる、うらやましい動物は？

- ① ネズミ
- ② サメ
- ③ サル

Q5 約2.5キログラムもある奥歯が落ちていました！この歯の持ち主は誰？

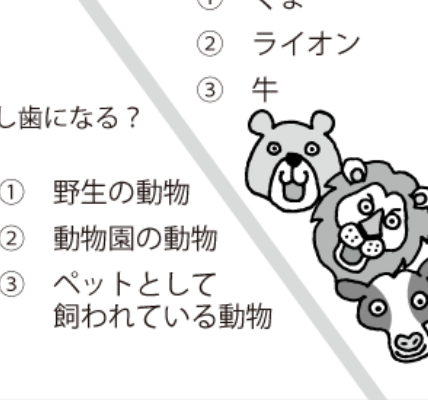
- ① ライオン
- ② ゾウ
- ③ 馬

Q3 人間の歯に一番似ている動物はどれでしょう？ヒントは食べものです。

- ① くま
- ② ライオン
- ③ 牛

Q4 この動物はむし歯になる？

- ① 野生の動物
- ② 動物園の動物
- ③ ペットとして飼われている動物



Q1. 豚 44本・犬 42本・大人の人間 28～32本・ゾウ 26本・ネズミ 16本・鳥 0本  
 Q2. サメ(多性歯性 何度でも生え変わります。ワニや爬虫類などもこの仲間です)  
 Q3. ①くま(人間と同じで、肉も草も食べる雑食です)  
 Q4. ②虫歯になる。  
 Q5. ②ゾウ(約3700kgのゾウの奥歯の重さ)

## 歯にまつわることわざ——意味を知っているかな？

- 歯牙にもかけない・
- 歯をくいばって悔しがること
- 豆腐で歯を痛める・
- まったく相手にしない。無視すること
- 獅子の歯がみ・
- 笑顔を見せる。にっこり笑う
- 白い歯を見せる・
- 思うようにならずもどかしい
- 歯がゆい・
- あるはずのないこと
- 切歯扼腕・
- ものすごく怒ること

答えは  
自分で  
調べてね