

健康も、「健口」も大切です！



歯や歯肉（歯ぐき）の健康は、心身の健康につながることをわかってきました。町でも、お口の健康づくりにつながる活動を行っております。今回は、その中で、集団健診の各会場で行っている「歯科健診」で住民のみなさんにご協力いただいたアンケートの結果についてご紹介します。

平成22年度、岡山大学大学院医歯薬学総合研究科予防歯科学分野により、歯科健診（集団健診）を受けられた方に「歯科アンケート」を実施いたしました。

そのアンケートの回答と、歯科健診結果を照らし合わせたところ、

★「**重度の歯周病**」である人の約9割が、

下の3つの項目のうち、1つ以上に「はい」と答えていました。



ということは

①～③で、1つでも当てはまる項目がある方は、「歯周病」が進んでいる可能性が大きいと言えます！

「**歯周病**」は、

歯がなくなる原因の約半分を占めており、高血圧、糖尿病、心臓病、認知症、誤嚥性肺炎、低体重児出生などを悪化させると言われています！



受けると安心

町の歯科健診！

集団健診会場で実施しています。

鏡野町では、「**8020運動**」

（「80歳以上で自分の歯を20本以上残そう」という運動）にも取り組んでいます！



口の中の問題は、うっかり見過ごしたり、つい後回しにされがちです。

でも、口の中も体の一部！

内科や整形外科に行くように、むし歯や入れ歯の不具合がなくても、定期的に歯医者さんに診てもらって、心身の健康と共に、お口の健康も大切に！！