

歯周病

～歯周病ってどんな病気～

歯を磨くと、歯ブラシに血がついたり、リンゴなどをかじると歯茎から血が出たりしませんか？「あれ？」と思っても痛くはないのでつい放っておきがちです。実は、歯茎からの出血は、歯周病のサインの一つ。ここでは、歯周病の色々なサインをセルフチェックできるようにまとめました。



歯ミガキをすると、
歯ブラシに血がつく

イエス…8点



口臭がある

イエス…7点



歯と歯の間に食べ物が
よくはさまる

イエス…7点



歯ぐきが赤くはれている

イエス…8点



歯ぐきに痛みがある

イエス…10点



歯が以前より長くなっ
たように見える

イエス…9点



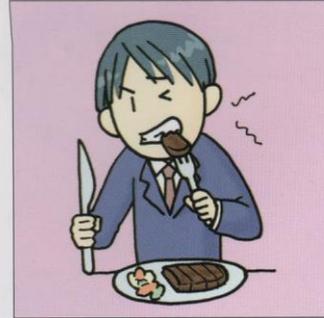
水を飲むと歯や
歯ぐきがしみて痛い

イエス…6点



歯と歯の間のすきまが
ひろがってきた

イエス…10点



歯がグラグラして
食べ物を噛みきれない

イエス…10点



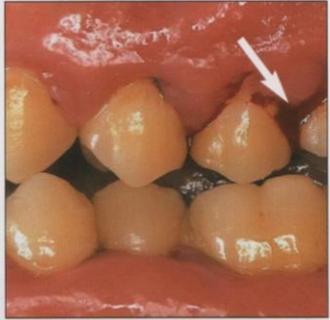
朝起きたとき、口の中が粘ついた感じで不快

イエス…6点



歯ぐきからムズがゆい感じがする

イエス…6点



歯ぐきから自然に血が出る

イエス…10点



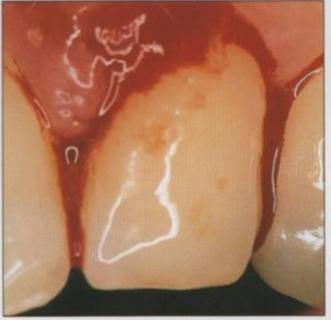
プラークや歯石がたくさんついている

イエス…8点



抜けたままにしている歯がある

イエス…5点



歯ぐきを押すと膿(うみ)が出ることもある

イエス…10点

歯周病セルフチェック表

おもいあたる症状の点数を合計して、下の表でセルフチェックしてみてください

0~5点	まずはひと安心。でも油断は禁物。毎日きちんと歯ミガキしてください
~20点	もしかすると? もういちど鏡で口のなかをみてチェックしましょう
~40点	要注意。いちど歯科医院でチェックしてもらっては?
40点以上	かなり症状が進んでいるようです。とにかくすぐ歯科医院へ

(この採点表は目安の一つとしてご利用ください。点数が低くても安心は禁物です)

歯周病は生活習慣病。知らないうちに侵攻し、症状が進むまでなかなか自覚しにくい病気です。放っておくと歯茎から膿が出たり、激しく痛んだり歯がぐらぐらになったりして、最後には抜けてしまいます。それだけでなく、歯周病が様々な全身の病気を引き起こしていることがわかってきました。

歯周病を治す決め手は、早期発見・早期治療。

歯周病セルフチェックで歯周病のサインを見つけたら、歯科医に相談しましょう。