



Vol.71

歯〜トフル ニュース

迎春



あけましておめでとうございます。今年も“歯〜トフルニュース”でお口の中の健康情報を元気に発信していきたいと思っております。今年、1月、3月、5月、7月、9月、11月の発行となりますのでよろしくお願いいたします。

お口の中には400種類もの細菌がたくさん存在しています。特に歯周病菌により、糖尿病などが悪くなることがわかってきました。ぜひ定期検診で歯石除去などを受けて健「口」な状態でこの1年をすごして頂きたいと思っております。

糖尿病と歯周病

糖尿病と歯周病、両方の治療を

糖尿病の人は歯周病になりやすい

糖尿病にかかると血行障害が起き、また、高血糖により体を守る白血球の機能が低下するので、感染しやすくなります。そのような状態のままですと、次第に歯肉までおかされて、歯槽膿漏など歯周病になりやすくなります。歯周病で悩む人には糖尿病の人が多くいます。歯の治療で歯科医の診断を受けて、糖尿病が見つかるという人もいます。糖尿病の人は、口腔内を清潔にして、よく歯みがきすることが大切です。

歯はいつも清潔に

歯周病は自然に治ることはないので、放っておくと症状はどんどん悪化してしまいます。常に口の中を清潔に保ち、定期的に歯科医師のチェックを受けましょう。



- 毎日正しいブラッシングを行い、歯周病の原因となる歯垢を取り除き、口の中を清潔に保ちましょう。
- 歯ぐきをマッサージして歯肉を強くしましょう。マッサージによって歯肉は引き締まり、歯と歯ぐきの間にできる隙間を減らすことができます。
- 歯石を自分で取ることはできません。6か月に一度は、歯科医院で歯石を取ってもらうようにしましょう。

生活習慣病の克服を

歯周病の治療には糖尿病の有無によって、回復の進み方にも大きな差が生まれます。糖尿病そのものを治していないと、歯周病の治療が無駄になってしまうケースもあります。歯周病も糖尿病もいわゆる「生活習慣病」です。正しいブラッシング、正しい食生活を守り、「生活習慣病」を克服していきましょう。

昔、インシュリンがないころは、糖尿病患者の抜歯や外科手術は不可能でしたが、現在は血糖コントロールがよければ問題ありません。しかし、歯の治療を行う場合は、必ず内科の主治医に相談してください。

院長のつぶやきみお

今年のお正月はもちをいっぱい食べたのかなあ〜？

歯のライフステージ

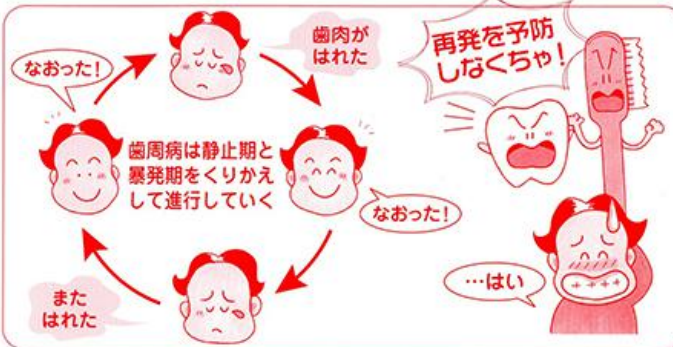
青年期 → 成人期

20歳から50歳のころは…

もう一度教えて！なぜみがくの？



食べ終わったらキレイに！



南浦歯科クリニック

〒010-0014 秋田市南通宮田1-3(明田地下道横) ☎018-836-1184

診療時間 平日 am9:00~pm12:30・pm3:30~pm6:30
土曜 am9:00~pm12:30 日曜・祭日 休診
時間変更がある場合がございますので、事前にご確認の上ご来院下さい。



南浦歯科 検索