「歯周病になりやすい」特徴6選

こんにちは。
先日から全国的に寒波が襲来し、
寒さが厳しさを増しそうですね。

こうした寒い日が続くと、
普段から気をつけているつもりでも
体が弱って風邪を引いてしまうこともあるので、
気をつけてお過ごしください。

さて、**普段から気をつけているつもりでも、**
罹ってしまう病気がお口にもあります。

それは皆さまもご存じ、歯周病です。

中でも、**次の６つの特徴にひとつでも当てはまる方**は、
「歯周病になりやすい」状態ですので、
注意が必要です。

こんな人は要注意！

1. 歯みがきなどのセルフケアが不十分

基本的なことですが、
歯みがきなどがしっかりできていないと、
歯周病菌がお口の中で増殖してしまいます。

2. 喫煙している

喫煙している方は、そうでない方と比較すると
歯周病リスクはなんと５倍以上といわれています。
また、喫煙していると歯肉の血行が悪くなるため、
歯周病の進行に気づきにくくなる、という悪影響も。

3. 口呼吸をしている

だ液には抗菌作用があり、本来であれば
お口の中の細菌を洗い流す役割があります。
しかし、お口で呼吸をする習慣があると、
乾燥によって「だ液」が少なくなってしまうため、
歯周病菌が増殖しやすくなってしまうのです。

4. 薬の副作用

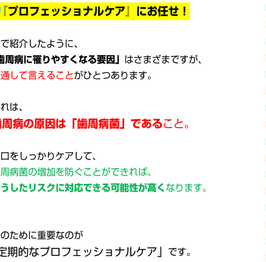
薬によっては「だ液が出にくくなる」など、
お口に影響のある副作用をもつものがあります。
薬の情報をしっかり確認し、
もし不明な点があれば、お気兼ねなくご相談ください。

5. 糖尿病を患っている

歯周病は「糖尿病の合併症のひとつ」とされており、
お互いに症状を悪化させる関係にあります。
つまり、**双方の治療のため**にも、
歯周病予防・治療をしっかり行う必要があります。

6. 妊娠中、または閉経前後

妊娠や閉経によってホルモンバランスが崩れると、
体にはさまざまな影響が表れます。
口腔環境が悪化しやすくなり、
歯周病のリスクも高くなります。



「プロフェッショナルケア」にお任せ！

上で紹介したように、
「歯周病に罹りやすくなる要因」はさまざまですが、
共通して言えることがひとつあります。

それは、
歯周病の原因は「歯周病菌」であること。

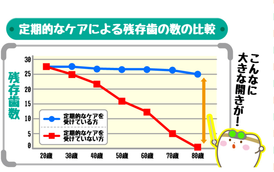
お口をしっかりケアして、
歯周病菌の増加を防ぐことができれば、
こうしたリスクに対応できる可能性が高くなります。

そのために重要なのが
「定期的なプロフェッショナルケア」です。

お口の中には、
「バイオフィルム」「歯石」といった、
自分では取り除けない「細菌の温床」が
必ずできてしまい、
普段からどんなに歯みがきなどを頑張っても、
ご自身で取り除くことはできません。

これを確実に取り除くのが、
歯科医師・衛生士による
「プロフェッショナルケア」です。

実際、定期的にケアを受けている方と、
そうでない方を比較すると、
お口の中に残っている歯の数（残存歯数）に
大きな開きがある、という研究結果もあります。



歯周病は、
悪化すれば最終的に必ず歯が抜けてしまう
恐ろしい病気です。

一生豊かな食生活を送るためにも、
ぜひ定期的なプロフェッショナルケアを
皆さんの習慣にしてください！

SEE YOU NEXT TIME