

# 歯周病は「歯」だけの問題ではありません

歯周病は全身のさまざまな病気に影響します

はちまるにいまる

めざせ「8020運動」  
からだの健康はお口から

歯周病は予防できる病気です！

POINT

定期的な検診と  
歯のクリーニングで、  
歯周病を予防しましょう！

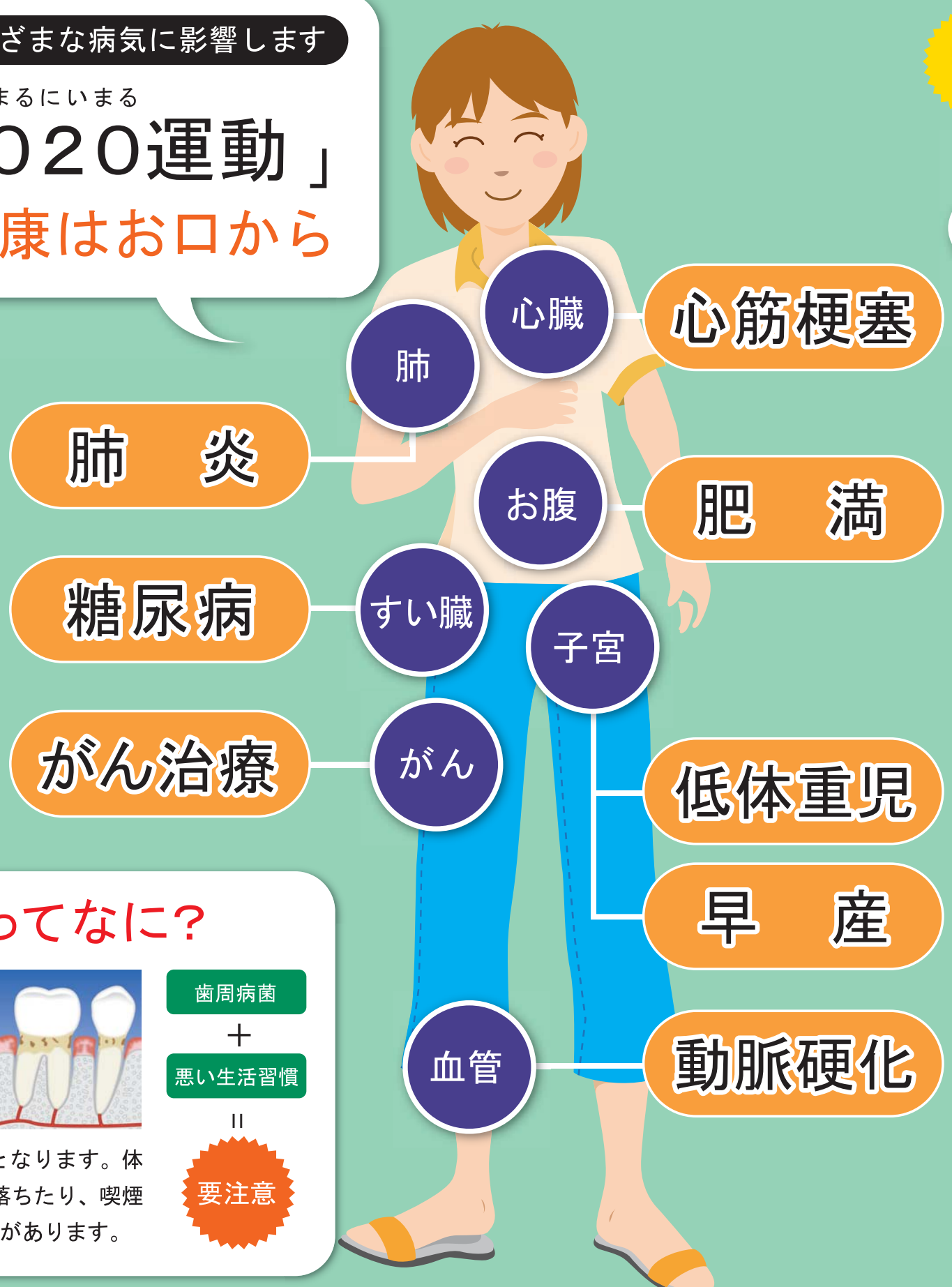
かかりつけ歯科医を  
持つことも大切です。

あなたは歯周病？

## セルフチェックシート

- 歯ぐきがムズムズする
- 歯が浮いた感じがする
- 冷たいものがしみる
- 歯を磨くと出血する
- 口臭がする
- 歯がグラグラする
- 朝起きたら口の中がネバネバする
- 歯と歯の間に物がはさまりやすい
- 40歳以上である
- タバコを吸っている
- 糖尿病である

2つ以上、  
チェックが付いたら  
**要注意！**  
かかりつけ歯科医に  
相談しましょう



## 歯周病ってなに？

歯垢の中の歯周病菌が、  
歯肉に炎症をおこしたり、  
歯を支える顎の骨などを溶  
かしてしまう病気です。不  
十分な歯磨きや不規則な  
食生活は歯垢の増える原因となります。体  
調不良で抵抗力(免疫力)が落ちたり、喫煙  
やストレスでも悪化することがあります。



歯周病菌  
+  
悪い生活習慣  
= 要注意

## 横浜市歯周疾患検診のご案内

- 【対象者】満40歳・50歳・60歳・70歳の横浜市民
- 【受診費用】500円（70歳及び市・県民税非課税の方は無料）
- 【実施場所】横浜市歯周疾患検診実施医療機関にて



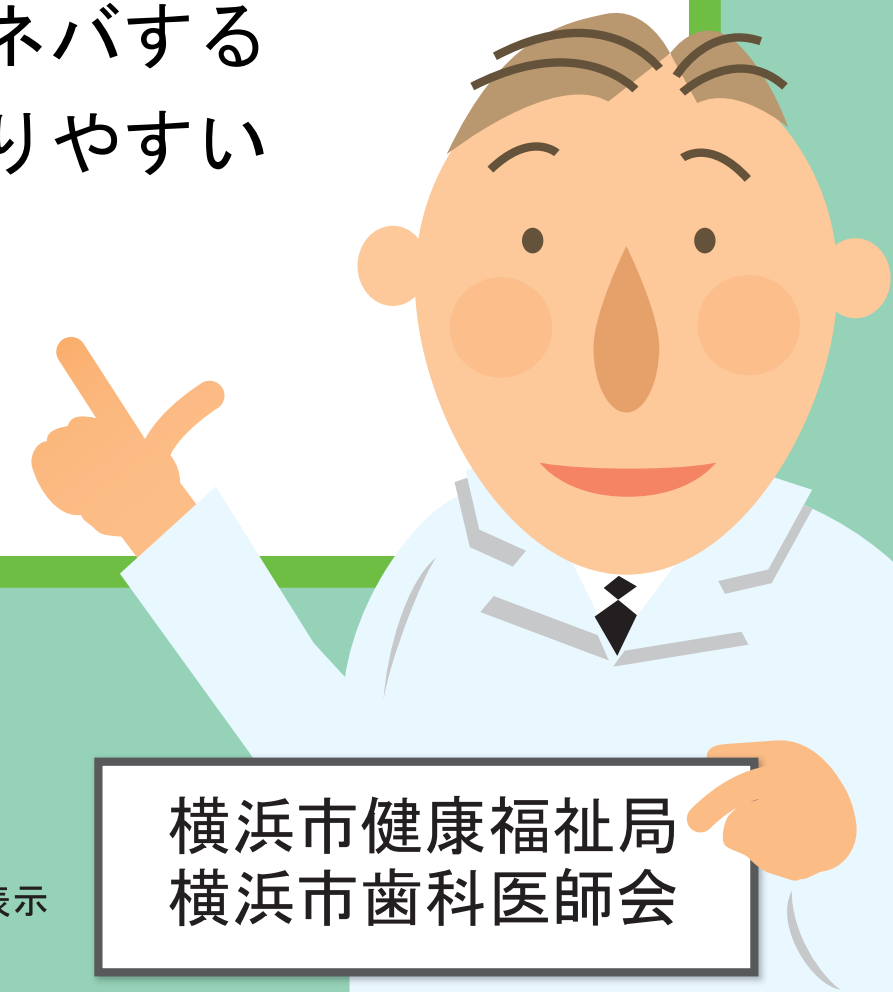
詳細はWebをチェック！

横浜市歯周疾患検診

検索



PCサイトのため携帯電話では表示  
できない可能性があります。



横浜市健康福祉局  
横浜市歯科医師会