

ほけん通信

歯を失う原因No.1「歯周病」

健康課

市役所内
☎23局3515
あつみライフランド
☎33局0386



歯周病は、歯の表面につく歯垢（プラーク）の中の細菌によって、歯の周りの組織が破壊されていく病気です。歯周病には、歯肉が炎症を起こす「歯肉炎」と歯肉炎が進行し歯茎の中まで壊される「歯周炎」があります。最近では、15〜24歳の若い方も65%の方が歯周病にかかっているといわれています。初期に痛みなどの自覚症状がないため、知らないうちに歯茎の状態を悪化させます。

※こんな症状は要注意

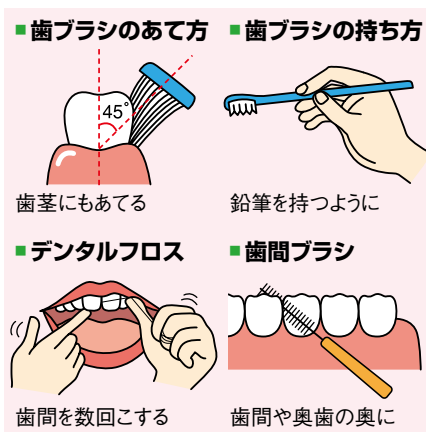
次のうち1つでも当てはまる方は、歯科医に相談しましょう。

- 起床時、口の中がネバネバする
- 歯を磨くと血が出る
- 口臭が気になる
- 歯肉がしみる
- 歯肉が赤く腫れている

- かたい物がかみにくい
- 歯が長くなった気がする
- 歯と歯茎の間にすき間ができた

※効果的な歯磨きを

歯垢のたまりやすい歯と歯の間、歯と歯肉の境目、そして歯のかみ合わせ部分を、歯ブラシで1日1回は丁寧に磨くことが大切です。歯ブラシと合わせて、歯間ブラシやデンタルフロスの利用もお勧めします。



歯周病は口の中だけでなく、心臓血管疾患、糖尿病などに影響することもあります。また、妊婦では、早産・低出生体重児のリスクを高くします。日ごろの歯の手入れと定期的な歯科医院の受診で、予防や進行防止に心がけましょう。

●市の歯周疾患検診は1月末まで。

対象の方はぜひ受診してください。

（今月号14ページのおしらせに掲載）

●インフォメーション

事業名	月日・受付時間	場所	対象者・内容など
母子健康手帳交付	毎週月曜日（祝日を除く） 13:30～15:00	田原市役所 あつみライフランド	妊娠届出書の発行を受けた方 妊娠中の生活、母子健康手帳の使い方 妊娠中の食生活などについて
パバママスクール （クッキングコース）	2月15日（火）9:50～10:00	田原福祉センター	妊娠中の方 ※予約制 貧血予防の調理実習、栄養の話、交流会など
離乳食教室	2月9日（水）9:50～10:00	田原福祉センター	5～6か月児とその保護者 ※予約制 離乳食講習と保育の話、歯の話
	2月16日（水）9:50～10:00	あつみライフランド	
育児相談	2月1日（火）9:30～10:30	赤羽根福祉センター	身体計測、育児・母乳・栄養相談（乳幼児対象）
	2月7日（月）9:00～10:30	あつみライフランド	
	2月18日（金）9:30～10:30	田原福祉センター	

※母子健康手帳交付日に都合の悪い方は、随時受け付けます。（土・日・祝日を除く8:30～17:00）

※予約制のものは1週間前までにお申し込みください。乳幼児健診・予防接種については、個人に通知します。

●休日当直医 ※当直医は変更になる場合がありますので、医療機関または市役所へご確認のうえ受診してください。市役所☎22局1111（代表）

月日	当直医	電話番号	月日	当直医	電話番号	
1月9日（日）	富永医院	☎23局1316	1月23日（日）	ふれあいばし診療所	☎29局2500	
	岡田医院	☎37局0001		昭和医院	☎32局3749	
	かわさき整形外科クリニック	☎22局7700		鈴木歯科医院	☎32局0239	
	1月10日（月・祝）	杉の森皮ふ科クリニック	☎29局1112	1月30日（日）	あつみメディカルクリニック	☎24局2322
		ふくしま歯科医院	☎37局1182		山本医院	☎45局2203
永井医院		☎22局0227	平野歯科医院		☎22局0214	
1月16日（日）	藤岡医院	☎32局1515	2月6日（日）	菜の花内科クリニック	☎22局7777	
	清栄歯科クリニック	☎33局0657		津金医院	☎33局0222	
	宮木内科	☎23局0232		ふくい眼科	☎22局5878	
	川瀬医院	☎35局1511		かわさき整形外科クリニック	☎22局7700	
	森下歯科医院	☎32局2700		山内歯科医院	☎23局1525	

診療時間 内科☎9:00～17:00／歯科☎9:00～12:00 夜間や、かかりつけの医師が不在のとき 渥美病院☎22局2131