



よ坊さんだより

▼31▲

歯周病の直接の原因はプラーク(歯垢)ですが、「口腔内の環境」や「生活習慣」の中には間接的に歯周病を悪化させるリスクファクター(危険因子)が潜んでいます。歯周病が生活習慣病の一つといわれるのはそのためです。

取り除くことと歯周病のリスクファクターを少なくすることが大切です。

危険因子を減らす

(リスクファクター)

歯周病のリスクファクターとしては、お口の中のものや全身に関わるものがあります。お口の中のものには、喫煙は、ニコチンが減少し、細菌に対する防

わるものが多いです。遺伝、女性ホルモンの影響、肥満、薬の影響などが挙げられます。特に、喫煙は、ニコチンの作用により歯肉の血流

御力が低下し、歯周病が進みやすくなります。近年、生活習慣が歯周病を引き起こしたり、悪化させたりするリスクファクターになっていくことがわかってきており、歯周病を予防・改善していくためには、口腔内環境はもちろん、生活習慣を見直してリスクファクターを減らし、全身の健康状態を整えていくことが大切です。

歯周病⑨

歯周病予防には、適切なブラッシングでプラークを

(京都府歯科医師会 奥村 義紀)
*「よ坊さん」は日本歯科医師会のイメージキャラクターです。