

# 歯は健康のバロメーター

～歯の大切さを知っていますか？～



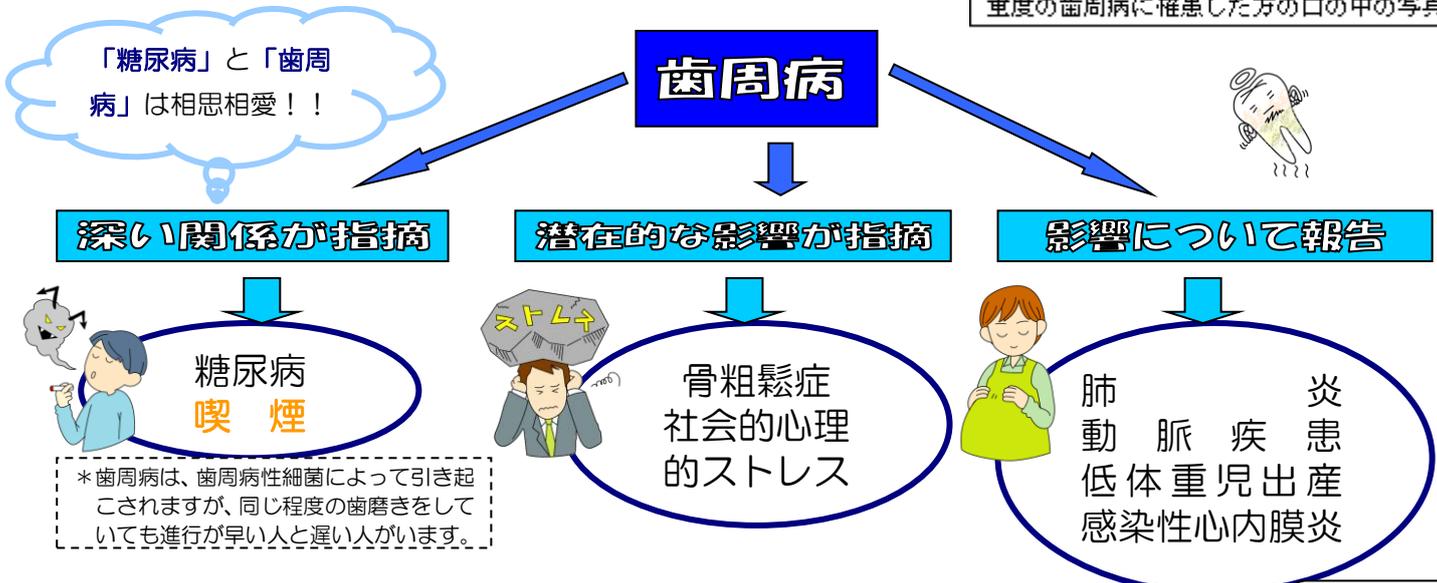
## 歯の病気が全身に及ぼす影響



歯周病は単なる口の病気ではありません。最近、様々な研究により、歯周病と全身の健康との関係が分かってきました。例えば、糖尿病の人には歯周病になっている人が多く、逆に歯周病の状態が悪くなると糖尿病の状態を悪くすると言われています。また、歯周病と心臓病・肺炎・低体重児出産・骨粗鬆症等との関連も指摘されています。

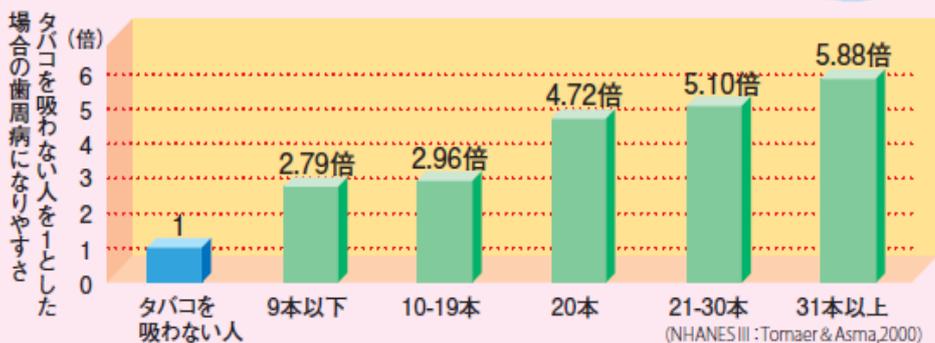


重度の歯周病に罹患した方の口の中の写真



## 歯周病の最大のリスクは喫煙！！

ヘビースモーカーだと歯周病に5倍以上なりやすい  
1日あたりの喫煙本数と歯周病の関係



タバコを吸うとニコチンなどの有害物質が歯や歯ぐきに悪影響を与え、体の抵抗力を弱めたり、末梢の血管を収縮させ、歯ぐきの血液循環を悪くしたりします。

(8020 推進財団 HP より)



長年吸い続け、重度歯周病になってしまった例です。



★家族にタバコを吸う人がいると、受動喫煙により子供の歯ぐきが黒ずむ例もありますので注意が必要です★



# 健口注意報！！



## 高齢者の1か月当たりの医療費は歯の本数が多いほど低かった！！

★年をとってもきちんと歯が残っている人の方が、年間医療費が少なくなる傾向があることが分かりました。★



＜香川県歯科医師会調査結果より＞

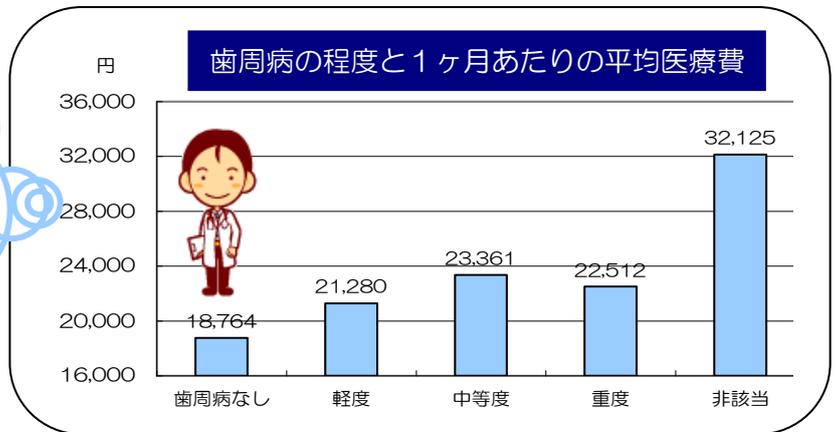
〇5年2月に香川県内の歯科医院を受診した65歳以上の国民健康保険加入者のうち、その一年後に歯科以外でも受診した11,682人を対象に実施。年間医療費を歯の残存本数で5グループに分けて集計。



歯が20本以上残っている高齢者の1か月当たりの医療費は、4本以下の高齢者に比べて約1万円少ないことが分かりまし

歯周病の程度別では「歯周病なし」が最も平均診療費が低く、歯周病に罹患していると高くなる傾向にあります。

「非該当(歯がない人)」は、



### 歯と口の健康づくりに関する問い合わせ先

一般社団法人鳥取県中部歯科医師会

〒682-0802

倉吉市東巖城町68

電話：0858-22-5472

鳥取県中部総合事務所福祉保健局

健康支援課

〒682-0802

倉吉市東巖城町2

電話：0858-23-3143

### あなたは達成できていますか 健康づくり文化創造プラン(第2次)

—目標達成年：平成29年—

#### ■主な目標■

- 自分の歯を有する者の割合の増加(80歳代で20歯以上)  
現状値：30.8%→目標：40%以上
- むし歯のない子どもの割合の増加(3歳児)  
現状値：78.5%→目標：85%以上
- 過去1年間に歯科健診(検診)を受診した者の増加  
目標 65%以上

