

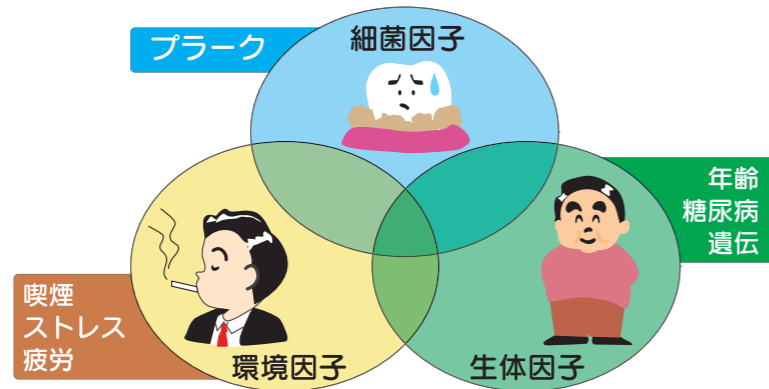
# 歯周病のチェックポイント

歯周疾患予防のために、まず定期的に鏡で歯肉の状態をチェックする習慣をつけましょう。もし、次のような病状が認められたら、すぐに歯科医に相談しましょう。



- 歯肉の色が赤い
- 歯肉が腫れる
- 歯肉から出血する
- 朝、口のなかが粘る
- 息が臭い
- 歯が長く見える
- 歯肉がむずがゆい
- 噛むと痛い
- 歯肉からうみが出る
- 歯がぐらぐらする

## 歯周病の発症要因(リスクファクター)



# 歯周病は糖尿病の合併症

『歯周病』は腎症、網膜症、神経障害、大血管障害、小血管障害に次ぐ、第6番目の慢性合併症とされています。

## 糖尿病があると…



## 糖尿病の方の歯周病治療

- ①よく噛んで食事をしましょう
- ②ビタミンC・Eや食物繊維の多い食品を摂取しましょう
- ③歯科医の定期検診を受けましょう

食事療法 + 運動療法 + 薬物療法

+

歯周病治療

↓

血糖値のコントロールがしやすくなります