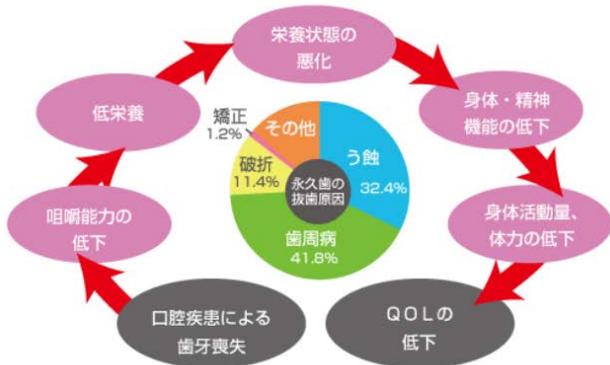


梅雨空のうっとうしい季節となりましたが、雨のしずくを受けてアジサイがますます色鮮やかに見えますね。

さて、花だより6・7月号では、お口の健康と全身疾患との関わりについてお話させていただきます。いつまでも自分の歯でおいしくご飯を食べたい、噛みたい、味わいたい方は、今回の花だよりをお読みください。そして今回は歯周ケアの新品ペリオブラシのご紹介もごさいますので、あわせてご覧ください。

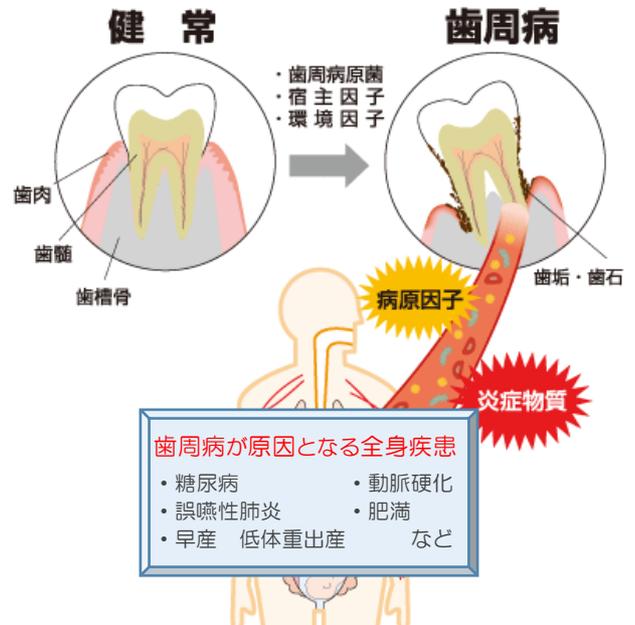
噛むことが全身に及ぼす影響

口腔が全身に及ぼす影響については、近年さまざまな角度からの研究が進んでいます。お口の2大疾患と言われる「虫歯」そして「歯周病」は最終的には、歯を失う原因の大半を占めています。多くの研究から歯の本数が一定のラインを超えると咀嚼能力（噛むこと）の低下が見られるということが分かっており、それが80歳で20本の歯を残そうという8020運動にもつながっています。すなわち、残っている歯の本数が20本を下回ると、噛むことが不自由に感じる人が増え、軟食傾向など食生活の変化から、内臓脂肪症候群（メタボリックシンドローム）を招いたり、体の運動機能が損なわれる原因としても重視されています。その他にも咀嚼機能が視覚や聴覚、あるいは脳機能（学習記憶能力、認知症等）にも影響を与えるとされています。「噛む」という機能を維持すること、すなわち歯の喪失の防止は、全身の健康を維持することに繋がるということが、さまざまな研究によって明らかにされています。近年注目されている「健康寿命」を延ばすには、よりたくさんの歯を残して自分の歯で食事をし、栄養を吸収することが必要不可欠です。



口腔内細菌が全身に及ぼす影響

口腔内には約700種の細菌が存在し、歯垢1mgには1億個以上の細菌が存在しています。お口の中が不潔になると、歯の周囲に歯垢が蓄積し歯肉に炎症が生じます。そのような状態で咀嚼運動や、歯磨きを行うと一過性に細菌が血管内に進入します。心疾患をお持ちの方や、免疫力の低下した高齢者では、お口の中の衛生管理に注意する必要があります。



上の図のように、近年では心疾患以外にも口腔内細菌がさまざまな疾患の原因に関与することが明らかにされています。お口の健康が全身の健康に繋がることをお分かりいただけましたでしょうか？お口の健康への一番の近道はホームケアを充実させることです。歯科衛生士と一緒に口腔と全身の健康を維持するために頑張ってください。

NEW

歯周ケア用品のご紹介

新商品 ruscello ペリオブラ

<特長>

歯間ブラシ、デンタルフロスだけでは難しい歯と歯ぐきの間の磨き残しを取り除くことができます。

<こんな方にオススメ>

- ・歯周病が進行している方
- ・歯ぐきから出血している方

※詳しくは担当衛生士、受付までお尋ねくださいませ。



本体 640円
替え（4本入り）820円



花ことば

花しょうぶ

優しい心、優雅

優雅で気品のある姿は涼しげで
憂鬱な気持ちを吹き飛ばして
くれますね。