

# 痛くなってからでは遅いかも... 歯科医院を定期的に 受診していますか？

もっと早く受診  
すれば良かった...  
76.6%の人が後悔 ※1

歯や歯ぐきの痛みなど、気になる症状を放置していませんか？  
お口の病気は、痛みを感じたときにはすでに進行していることも多く、  
重症化すると**歯を失う原因**になります。

## 最初は自覚症状がほとんどありません

### ▼歯科健診で3人に1人が発見 ※2

**むし歯** プラーク(歯垢)の中で増殖したむし歯菌が酸を出して歯を溶かす病気



**C 1**

症 状 ▶ 痛みはほとんど無い  
治療例 ▶ 削るかどうか、  
状態を見て歯科医が判断



**C 2**

症 状 ▶ 冷たいもの等がしみる  
治療例 ▶ むし歯部分を削り、  
詰め物をする



**C 3**

症 状 ▶ むし歯が神経に達し、  
炎症を起こし激しく痛む  
治療例 ▶ むし歯部分を大きく削り、  
神経を抜く



**C 4**

症 状 ▶ むし歯が骨に達し、神経が  
死ぬため痛みを感じない  
治療例 ▶ **抜歯する**

### ▼歯を失う原因の第1位 ※3

**歯周病** プラーク(歯垢)に住みついた歯周病菌が歯ぐきに炎症を起こし、骨を溶かす病気



**歯肉炎**

症 状 ▶ 痛みはほとんど無い  
歯と歯ぐきの間に溜まったプラークが石灰化して歯石となり、歯ぐきが腫れる



**歯周炎**

症 状 ▶ 歯ぐきから血や膿が出る  
炎症により歯を支える骨が溶けて歯がぐらつき、抜け落ちることも

主な治療は歯石除去・ブラッシング指導だが  
いったん壊れた組織は元には戻らないため、  
重症化した場合は**抜歯する**ケースが多い。

### MEMO

歯ぐきの血管から侵入した歯周病菌が動脈硬化を促進させるという報告も。※4

歯周病は、全身に影響を及ぼす恐ろしい病気です。.....

## 2つのケアで「予防」をしよう！

### 毎日のセルフケア

セルフケアの基本は  
毎日のブラッシング。

むし歯や歯周病の原因となる  
プラークを除去しましょう。



### 定期的なプロケア

歯科医院へ行き、セルフケアで  
落とすきれない汚れや  
歯石を除去しましょう。

むし歯などが早期発見できれば  
比較的簡単な治療で済みます。



※1：日本歯科医師会「歯科医療に関する生活者意識調査」(2020年)  
※2：トヨタ健保 歯科健診 結果データ (2020年度)  
※3：(公財)8020推進財団「第2回永久歯の抜歯原因調査報告書」(2018年)  
※4：(公財)8020推進財団「からの健康は歯と歯ぐきから～歯周病対策で健康カアップ～」(2007年)

トヨタ健保の「無料歯科健診」について

