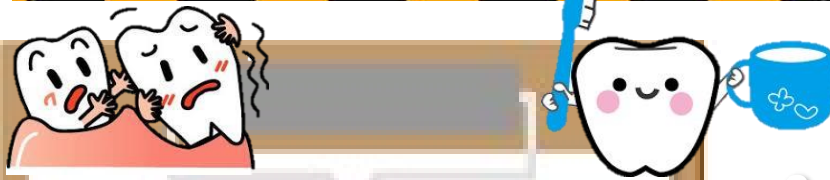


歯周病 注意報

現在、成人の
5人のうち1人は歯周病といわれています。
ドライマウス、ストレス、糖尿病、喫煙も
歯周病のきっかけになりやすいので要注意!!
また食後に『爪楊枝』が習慣になっている・・・欠かせない・・・
という方!もしかしたら、歯周病による
歯と歯の間に隙間ができている可能性があります。
あなたは大丈夫・・・!?



☒ こんな症状ありませんか?

☐ ハミガキで歯ぐきから血が出る

☐ 口臭がするようになった

☐ 朝起きると口の中がネバネバする

☐ 歯ぐきが赤く腫れている

☐ 歯ぐきを押すと血や膿がでる

☐ 歯と歯の間に食べ物がよくはさまる

☐ 歯が長くなったように見える

☐ 冷たいものや熱いものがしみる

こわいにわい歯周病のリスク

歯周病と動脈硬化



歯周病が悪化すると歯周病菌が全身の血液中に侵入し、
全身の血管でも炎症反応を惹起して動脈硬化を引き起こします。
また狭心症や心筋梗塞などの循環器疾患のリスクを高めます。

歯周病と糖尿病



歯周炎で発生するTNF- α (サイトカイン) はインスリン抵抗性を
招いて血糖値を上げ、糖尿病は毛細血管の障害を惹起して
歯周病を亢進するという悪循環を生じる。

歯周病と認知症



歯周病菌やサイトカインが脳内に移行して、
アルツハイマー病を増悪させることがわかってきました。

歯みがき

だけじゃない歯周病の予防は生活習慣から!?

タバコ

ストレス

肥満



これらは、全て末梢血管の循環を悪くしてしまいます。
それが歯周病を悪化させるのです。

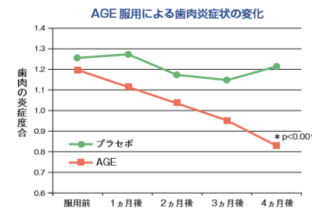
熟成ニンニクエキス（AGE）が 歯周病予防にも役立つというデータが出ました！



キョーレオピンの主成分AGEは『歯肉炎を抑え、歯周病を改善する効果』がある。
という臨床結果が出ています。

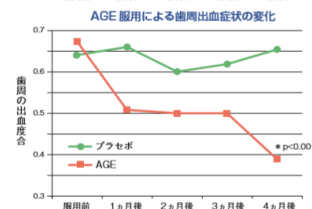
◎AGEの歯肉炎抑制作用

AGE投与群では服用開始後から歯肉の炎症度合が改善しはじめ、服用4ヵ月では服用前およびプラセボ群と比べて有意に歯肉炎の症状を改善しました。



◎AGEの歯周出血抑制作用

AGE投与群では服用開始後から歯周の出血度合が改善しはじめ、服用4ヵ月では服用前およびプラセボ群と比べて有意に歯周の出血症状を改善しました。



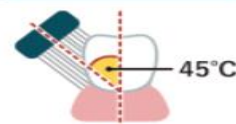
◆歯周病の予防 ～歯周病にならないために～◆

- ◆行き届いた歯磨きが大切です。歯ブラシだけではなく、デンタルフロスや歯間ブラシ、ワンタフトブラシなども利用して、口の中のプラークをしっかりと取り除きましょう。
 - ◆口ではなく鼻で呼吸をしたり、食事時の噛む回数を増やすことで、唾液の分泌量を多くしましょう。
 - ◆ストレスが多いと免疫力が低下して歯周病菌が増えるので、ストレス強い体づくりや、上手なストレス解消法を見つけましょう。
 - ◆ビタミンCで健康な歯肉にしましょう。
- 歯周病にならないように日ごろから注意しましょう！

歯肉炎防止！ブラッシングのポイント！

- ① 歯と歯肉の境目に歯ブラシを45度に当てる。
- ② 1つの歯に対して、2～3ミリの振動で、20回程度磨くようにする。
- ③ 前歯の裏側は汚れをかきだすように磨く。

歯と歯肉の境目の当て方



前歯の裏側

歯ブラシを縦に当て、縦方向に動かします。



かむ面の当て方

力を入れすぎないように1本ずつ丁寧に磨く。



奥歯の内側

一番奥の歯まで毛先が届くように意識しながら振動させます。



おすすめのオーラルケア



治療と予防の
アセス



①**3つの天然ハーブ配合**（カミツレ、ラタニア、ミルラ）
それぞれの生薬が歯肉炎の原因となる「ジンジバリス菌」にすぐれた抗菌力を示し、歯ぐきの腫れや出血に効果を示します。

②研磨剤不使用

研磨剤が入った歯みがきは水に溶けにくいために歯と歯ぐきを傷つけてしまいます。アセスは弱ったデリケートな歯ぐきにやさしいんです。

③重曹（炭酸水素ナトリウム）配合でお口さっぱり

歯垢の付着を防ぎながら、口腔の酸を中和し、歯を守ってくれます。