

歯と口の健康を守ることは、全身の健康を守ることです

●口は生命維持の入り口です

食べることは命を支えるうえで大切なことです。からだを健康に保ち、おいしく食べるためには、「歯」と「口」の健康は欠くことができないものです。



●口は大切なコミュニケーション器官です

人間の口は、食べるだけでなく、話す器官でもあります。歯は、発音に大きく関係しています。また、歯が抜けることで、顔の形や相手に与える印象が変わったり、日常生活にも支障をきたす可能性があります。



●歯と口は全身の病気と深い関係があります

糖尿病

糖尿病が歯周病を悪化させ、また、歯周病が糖尿病を悪化させます。

肥満

肥満の人は、普通体重の人より1.5倍歯周病になりやすいという報告があります。

肺炎

飲み込む力が弱くなると、歯周病菌などの口の中の細菌が気管や肺に入り込むことで、肺炎になり、死に至ることもあります。



認知症

動脈硬化が進むと、脳卒中を引き起こし、脳血管性の認知症になる可能性が高くなります。また、歯が少ない人ほど、脳が委縮しているという報告も…。

動脈硬化

歯周病菌が血管の中に入り込み、炎症を起こした血管に付着して、動脈硬化を悪化させます。

心疾患

心臓の内側の膜「心内膜」に歯周病菌が感染して炎症が起こり、心臓の働きが低下します。(感染性心内膜炎)
動脈硬化による冠動脈の閉塞や狭窄などで心筋への血流が阻害され、血液が心臓の心筋にいきわたらなくなります。(心筋梗塞・狭心症)

胎児の低体重・早産

母親が歯周病にかかっていると低体重児出産や早産を起こすリスクが高くなります。

歯と口の健康のためにも禁煙に努めましょう

喫煙習慣があると、歯周病を発症・進行するリスクは2～9倍に高まります。また、歯周病の治療をしても治りにくくなります。

監修 健康アクション佐賀21推進協議会歯科保健専門部会

問合せ先 佐賀県健康福祉本部健康増進課
〒840-8570 佐賀県佐賀市城内1-1-59
TEL 0952(25)7074
E-mail kenkouzoushin@pref.saga.lg.jp



県民すべてに 笑顔とお口の健康を!



佐賀県笑顔とお口の健康づくり推進条例 (平成22年6月30日施行)

県民をはじめ関係機関・団体がそれぞれの役割をもって、生涯にわたる歯と口の健康づくりに取り組むことで、県民の笑顔を守り健康を増進するための条例です。

<詳細をご覧になりたい方は>

佐賀県ホームページ「佐賀県笑顔とお口の健康づくり推進条例」

佐賀県ホームページ

笑顔とお口

検索

みんなで進める 歯と口の健康づくり

すべての県民が、自らの歯と口の健康づくりに努め、住み慣れた地域で、生涯にわたり必要な歯科保健サービスを受けることができる環境を目指します。

歯と口の健康を守るためには、個人の努力だけでなく、関係機関・団体もそれぞれの役割に努め、相互に連携・協力し合うことが効果的です。

歯と口の健康づくりは 「県民一人ひとり」 が主役です

歯と口の健康と全身疾患の関連性を重視し、歯科医療との連携に努めます。

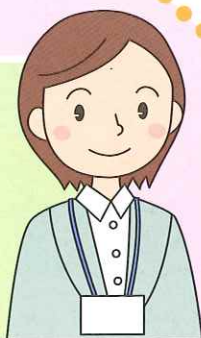
医療関係者



- ① 歯ブラシやデンタルフロス等を使って、歯と口をきれいに保ちましょう。
- ② 一口30回を目標に、よく噛んで食べましょう。
- ③ かかりつけ歯科医を持ち、定期的な管理・指導を受けましょう。
- ④ 歯の健康づくりのイベントに参加して、知識を深めましょう。

市町

県が定める指針に基づき、住民に身近な歯科保健サービスを効果的に提供できるよう努めます。



県

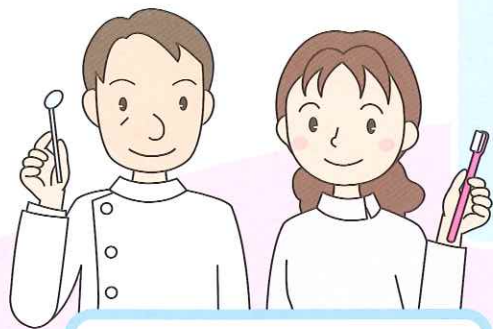
歯と口の健康づくりについての施策を、関係者と連携して、総合的、計画的に推進します。

- ・ 県歯科保健計画に基づき実施します。
- ・ 市町が行う施策を支援します。
- ・ 科学的根拠に基づくむし歯予防対策の普及等、効果的な歯科保健対策を推進します。
- ・ 障害者等に対する歯と口の健康づくりを支援します。
- ・ 県民の歯科疾患の実態を把握します。

佐賀県は、毎年11月8日を「いい歯の日」と定め、11月8日～14日の1週間を「8020運動推進週間」として、普及啓発に努めます。

※ 8020運動：「80歳になっても自分の歯を20本以上保とう」という歯科保健対策の全国スローガンです。

歯科医療関係者



良質で適切な歯科医療と保健指導を行うよう努めます。
県や市町が行う歯と口の健康づくり事業に協力し、歯科疾患の予防に努めます。

保健福祉関係者



歯と口の健康づくりに関する事業の推進に努めます。
市町や、他の関係機関の取組に協力し、効果的な推進に努めます。
歯の健康づくりに従事する者への研修機会の確保に努めます。

教育関係者



学校における歯と口の健康づくりの推進に努めます。
他の関係機関の取組に協力し、効果的な推進に努めます。
歯の健康づくりに従事する者への研修機会の確保に努めます。

事業者 保険者



従業員や被保険者が歯科健診と保健指導を受けられるように努めます。



よ坊さん

ご当地よ坊さん 佐賀県