

Healthy Mouth 健口 ヘルシーマウス



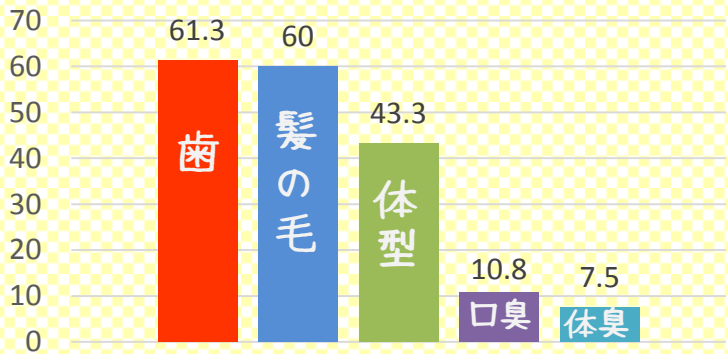
2020年7月1日発行 デンタルサポート株式会社



健康寿命を延ばそう！

健康寿命とは元気に自立して過ごせる期間のことをいいます。健康寿命は、平均寿命よりも男性は約9年、女性は約12年も短いことがわかりました。これは、支援や介護を必要とするなど、健康上の問題で日常生活に制限のある期間が平均で9~12年もあるということです。長い人生、いつまでも元気に過ごすためには健康寿命を延ばすことが必要です。

自分のからだについて後悔したこと



変化したり、失って後悔するものの
1位は歯である

参考: アライン・テクノロジー・ジャパン(株)
60代以上の男女400名を対象とした
「歯並びと歯の残存数に関する意識調査」

健康寿命を延ばすために
お口の健康を保つ！



1
歯周病予防

歯肉の炎症は全身に多くの
悪い影響を与えます



脳梗塞
心疾患
糖尿病
などの予防

食生活を含めた生活習慣を見直し、
歯周病を予防することが全身の疾患
を予防することに繋がります。

新型コロナウイルスで重症化するのはい...

「ウイルスにより肺の免疫力が低下した状態で口の細菌が肺に入ると、細菌性肺炎を引き起こしてしまうことが原因ではないか。『舌清掃』でそのリスクを減らせる可能性があるのではないかと、鶴見大学歯学部の花田信弘教授が提唱されています。細菌性肺炎のリスクを減らすために、歯磨きだけでなく舌清掃も行いましょう！」

2

早期発見



半年に一度は歯科医を受診し、
生活習慣指導と口腔内のケアを
受けましょう。

定期検診と
セルフケア
が大切

なるー良い歯に

訪問歯科診療のお問い合わせは 0120-76-4182