

※このポスターを読まなくていい人は、50代以上で、約1割しかいません。

### 歯周病チェックシート

- 前より歯が長くなった気がする。
- 歯グキがプヨプヨして、しまりが悪い。
- 食後のつまようじが気持ちよくなってきた。
- 堅せんべいを、思い切り噛み砕く勇氣は、ない。
- 歯磨きをしてゆすいだら、血が混じっていた。
- 年のせいか、口が臭ってきたような気がする。
- 最後に歯医者さんへ行った日を思い出せない。
- 歯グキの色が、妙に赤っぽかったり、紫がかっている。
- 口を開けて寝ていることがある。
- ぐらぐらする歯がある。

1つでも当てはまった人は、歯周病の黄信号!です。

50代の約9割は歯周病です。さあ、あなたも定期健診へGO!

※平成11年度歯科疾患実態調査(厚生労働省)

日本歯科医師会

[www.jda.or.jp/](http://www.jda.or.jp/)

8020運動 [8020運動]

80歳になっても自分の歯を20本以上保とう

ご家庭でも、きちんと歯と口のチェックとケアを。

歯周病予防で大切なのは、年2~3度の定期健診と、毎日のホームケア。  
歯科医院でプロフェッショナルなチェックとケアを受けたら、  
そのアドバイスをもとにして、ご家庭でのケアも、より質の高いものに行きましょう。  
ライオンは、ご家庭でのきちんとしたオーラル・ケアを応援します。

おはようからおやすみまで  
くらしに夢をひろげる  
**LION**



歯科医院販売品

日歯広報平成18年11月15日号 第1397号<付録>