

11月8日はいい歯の日

はちまるにまる

8020運動を 実践しよう

8020運動とは「80歳になっても
自分の歯を20本以上保とう」
という運動です。



少なくとも20本以上の歯があれば、年齢を問わず食物をかみくだくことができ、おいしく食べられます。子どものころからの正しいデンタルケアと青年期の予防が大切です。

お口のクリーニングで健康に 長崎県歯科医師会会長 許斐 義彦

長崎県歯科医師会は、平成22年に施行された「長崎県・歯口腔の健康づくり推進条例」に沿って、県民皆さまのお口の健康の維持増進に取り組んでいます。

生涯にわたっておいしく食べるには、よくかめる健康な歯や歯肉を保つことが大切です。歯を失う原因であるむし歯や歯周病のうち、歯周病が糖尿病・心臓病・肺炎などと深い関わりがあることも分かってきました。歯周病を治療、予防してお口の健康を保つことが全身の健康につながり、ひいては健康寿命を延ばすことにもつながる

のです。

歯周病は気づかない間に進行しやすいので、早期治療の 위해서는、かかりつけ歯科医で少なくとも年2回は健診を受け、お口のクリーニングを受けるようお勧めしています。ぜひこの機会に長崎県歯科医師会会員の診療所でお口の健康をチェックしてみてください。



歯科医療は「生きる力を支える生活の医療」です。

日本歯科医師会 <http://www.jda.or.jp/> 長崎県歯科医師会 <http://www.nda.or.jp/>

