

令和5年度に20歳を迎える方へ

は





# 歯たちの歯周疾患検診

～素敵な歯をいつまでも～

高校卒業後、歯科検診を受ける機会が少ない  
20歳の皆さん、今年度対象の  
「<sup>は</sup>歯たちの歯周疾患検診」を受けましょう!



## どんな検査があるの？

-  問診 歯や口の状態で気になることなどをお伺いします
-  歯周検査 歯や歯ぐきの状態、かみ合わせなどをチェックします
-  口腔検査 歯みがきの状態や粘膜などをチェックします
-  結果説明 検診結果の判定について説明をします

## 検診期間は？

6月1日～翌年3月31日

## 費用はいくらかかるの？

★市が全額負担  
しますので **無料**

## 受診方法は？

- 1 対象者に受診券・案内等が送られます
- 2 市内の指定歯科医療機関へ直接予約申込みをしてください  
(問診票は医療機関にあります)
- 3 医療機関の指示に従って受診してください

## 誰が受けられるの？

平成15年4月1日～  
平成16年3月31日生まれの方

毎年1回  
かかりつけ歯科医院で、  
お口のチェックを  
受けましょう!



お問い合わせ先

宇陀市中央保健センター

☎ 0745 (92) 5222 IP ☎ 0745 (88) 9175

# 若いときから「歯周病予防」

# 歯と歯の間をきれいにしましょう!



歯周病を予防するには、歯と歯の間に歯垢(細菌のかたまり)を残さないことが大切です。そのためには、狭い隙間は「デンタルフロス」、広い隙間は「歯間ブラシ」を使いましょう。

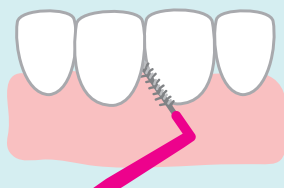
## ●デンタルフロス

ゆっくりと動かし歯垢を取ります。



## ●歯間ブラシ

歯の隙間にあうサイズの歯間ブラシを使いましょう



週に1回以上歯間清掃用具を使用する人の割合

市平均 **52.5%**  
〈目標値:60%〉

R2~4年度  
宇陀市妊婦歯科検診結果平均

## 30歳代の80%が歯周病!

10歳代・20歳代から少しずつ進行し、30歳代の頃から口臭や出血などといった自覚症状が出始めます。

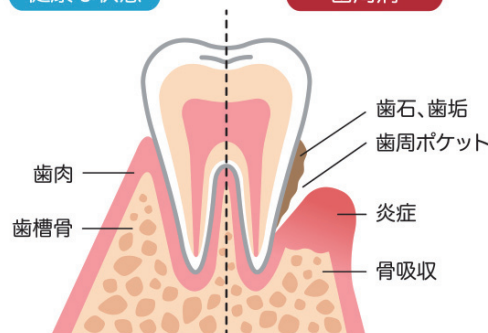


## 早い人は20歳代から始まっている!あなたもこんな症状ありませんか?

- 朝起きたとき、口の中がネバネバする
- ブラッシング時に出血する
- 口臭が気になる
- 歯肉がむずがゆい、痛い
- 歯肉が赤く腫れている
- 歯が長くなったような気がする
- かたい食べ物が噛みにくい
- 食べ物が歯に挟まる

健康な状態

歯周病



## 歯周病の対策には早めの歯科検診とメンテナンスが大切!

定期的に歯科医院でメンテナンスを受けている人と、痛いときのみ歯科医院を受診し、定期的にメンテナンスを受けてない人を比べると、将来残せる歯の本数が9本違うと言われています。

是非、かかりつけ歯科医院で、定期的に歯科検診を受けましょう!

