

## 歯磨きの時に出血しませんか!?

『ライオン株式会社』は「歯科医療従事者が考える患者の歯周病ケア」と「生活者が考える自らの歯周病ケア」について意識調査を実施しました。

歯科医療に従事している146人に「歯科医療従事者調査」を、30代〜60代の男女176名に「生活者調査」を行い、この結果、被調査者の半数以上が歯茎の出血や、腫れを経験しているのにも関わらず、その半数以上が対処していません。さらに歯周病を自覚している人でさえ対処していない人が半数もあり、歯科医

## 半数以上の人は歯茎の腫れや出血を放置!!

院に行く習慣がない人は53%、8割が「痛みの症状が出た時」にしか歯科医院に行かないという結果でした。

歯科従事者の調査で、歯周病予防に最も重要と考えているセルフケアで多かったものは「歯と歯茎の境目の歯垢を除去すること」が69%で、次いで「歯間清掃を行うこと」が11%、生活者の調査でも歯周病予防で重要だと思われセルフケアの1位は「歯ブラシで歯と歯茎の境目の歯垢除去」で72%、2位が「歯間清掃」52%でした。

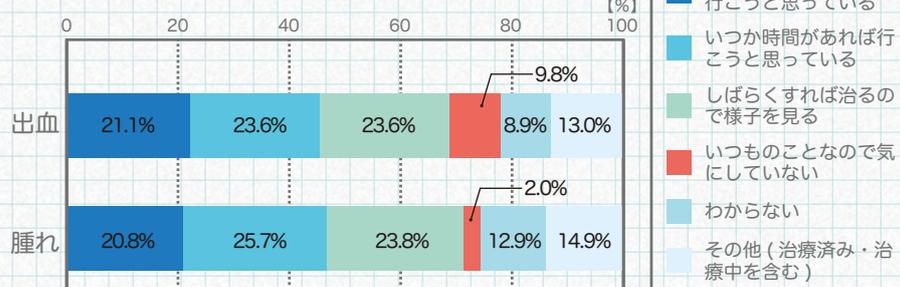
しかし、実際に取り組んでいる人は「歯ブラシで歯と歯茎の境目の歯垢除去」が57%、「歯間清掃」が33%とその意識と行動に差があることが分かりました。

この調査結果から、歯と歯茎の境目・歯と歯の間の歯肉は歯周病になりやすい部分であり、歯周病の原因にもなるプラーク（歯垢）が付きやす

く、磨き残しが出やすい部分である事は理解されていると思われれます。

今後の歯磨きの仕方次第で、あなたのお口の健康を取り戻せる可能性があります。異変に気づいたなら、歯科検診を受けることを心掛けてみてはいかがでしょうか？

■ 出血、腫れに対し、今後どのようにしようと思えますか？  
(出血 N=123、腫れ N=101)



### 患者様・ご家族様への今月のお願い

医療・介護費の口座引落を西日本シティ銀行のみですが行っております。大変便利ですので、ご要望の方がいらっしゃいましたら当院までご連絡ください。

### スタッフ編集後記

みなさん今年の大型連休はいかがお過ごしでしたか？相変わらずの僕は写真撮影や遊びに行くこともなく、仕事に出たり、家でダラダラと過ごすそんな連休でした。1日だけゴルフ行きましたけど(笑)もうずいぶんと暖かくなりゴルフもしやすくなってきたので、くまが冬眠から覚めたように動き始めています。昨年からはじめたゴルフも1年経ちずいぶんと上達してきたと自分では思っていますが、ストックに追求してしまう自分の性格ではまだまだであります。今年も練習をたくさんして行くぞ!! 皆さんも5月という新緑の綺麗な季節を楽しみながら、スポーツや食などを楽しんでください。

### 口腔ケア用品の商品紹介



口腔ケア用ジェル  
「リフレケア®H」 2100円

ACTの歯科衛生士も愛用しているリフレケアHは、口腔化粧品ではなく「医薬部外品」!!一つの商品でたくさんの効果が得られます。具体的には有効成分ヒノキチオール、グリチルリチン酸ジカリウムによる虫歯、歯周病の予防、誤嚥性肺炎の予防、唾液分泌の促進、口臭の除去、舌苔・口内炎・カンジダ症の予防などです。2週間の連続使用により舌苔の付着、舌の水分量、カンジダ菌数に有意な改善が見られたと報告されており、風邪やインフルエンザ等の予防効果も期待できます。衛生士のおすすめポイントとしては、連続使用していると歯に汚れが付きにくく、清潔な状態を維持しやすくなります。さらに入れ歯の内面に塗布して使用すると保湿効果による吸着もみられ、同時に口腔内に長く停滞させることから有効成分の効果が高くなります。要介護高齢者の楽しみの一つである「食事」が、もっと美味しく、楽しくなるようにリフレケアHをオススメします。