

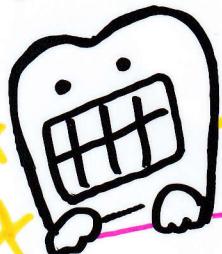
初声歯科新聞

食べたら磨こう初声歯科



～虫歯予防にけじやない!

「歯みがき」が大切に5つの理由～



・ストレス… × ハート

仕事のプレッシャーや、人間関係の
ストレスが大きい人は、安定した生活を
送る人より、虫歯が大きいらしい？！
忙しい毎日に歯のお手入れを取り入れて
虫歯もストレスを除去すれば、心も体も
リフレッシュできますよ！！

認知症… ?

今からお口の健康に気をつけなさい。
何年後かの脳の活性も維持するには
つまがえかも？？ある研究によると、お口の
不衛生から歯ぐきの病気にかかると、認知症の
リスクが高まることが…。

心臓病

お口の中の細菌がタタいて動脈ブラークの
蓄積に関わる病原体の温床を作りだす。
動脈ブラークは心臓発作のリスクを
高めてしまうので、歯磨きは食入に!!!

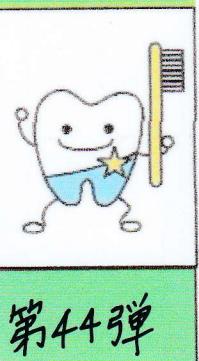


糖尿病

お口の中の細菌がタタいて、血糖の
コントロールに影響を及ぼす可能性が。
糖尿病予備軍の人は、悪化させてい
たためにも、デンタルフロスなども持ち歩き。
お口の中も常に清潔に保ちましょう！

骨粗鬆症

歯と骨を健康に保つことは
骨の健康にも役立つそう。
高齢者の骨粗鬆症や、その他の
健康問題も、お口の中の状態が
密切に連関しているとか…。



第44弾

いかがでしょか？

このように、お口の中が不衛生だと
様々な病気のリスクが高まり。
歯みがきを下がってしまう。毎日笑顔で
清潔い気持ちで過ごすためにも、
毎日（朝・昼・夜）の歯みがきを
習慣づけよう！心がけましょう！

