



「リハ日結」

リハビリデイ結
you

〒636-0202 磯城郡川西町結崎589-6

☎ 0745-43-9096

株式会社 CASADELSOLE

代表 片山 敦子

「健康寿命と健口維持」

「口腔機能」「口腔ケア」などは近年よく言われていますが、「私は大丈夫!!」「僕は入れ歯なので虫歯にはならない!!」などとお考えの方もいらっしゃるのではないのでしょうか?

テレビのCMでも歯や口腔に関する宣伝も数多く目にします。

それはお口の環境を整えることが、健康寿命にも大きく関係しているからです。

その中で中年の方たちの8割の方が持っているといわれている病気の中に「歯周病」があります。

歯周病とはプラーク（歯垢）の中にある細菌（歯周病菌）による歯肉の炎症を発端に、歯ぐきが腫れて血が出たり歯を支える骨や歯肉が溶けてしまう慢性炎症疾患です。重症だと抜歯になることもあるそうです。

そんな怖い歯周病が身近な疾患となっています。

歯周病が進行すると、糖尿病や血管系の疾患（脳血管疾患・心疾患）、誤嚥性肺炎などにも影響を与えると研究結果で報告されているそうです。肺炎は先月結でも数名の方がり患され、とても心配しました。少しでもその危険因子が軽減できるのであれば、皆様にも口腔内の健康にも関心を持ってもらいたいと思っております。80歳で20本の歯があることを目標に歯科医師会も運動を継続しています。世界一の長寿を誇る日本。手放しで長寿を喜べるように健康で自分で出来ることには好奇心をもって様々なことに取り組んでいただけたらと願っております。



予防・治療に欠かせないのは「正しいブラッシング」です。原因であるプラークを取り除くことが最も効果的です。歯と歯茎の境目、歯と歯の間にこのプラークが付着していますので歯ブラシの先がそこに入っていることを確認し、振動させるように細かく優しい力で一本一本丁寧に磨いてください。日に3回が理想の回数だということですが、そのうちの1回は少し時間をかけて磨いてみてください。逆に間違った歯磨きでは効果が期待できませんので、お悩みの方は歯科医院にご相談ください。

見学・体験随時受け付けております。お気軽にご相談ください。

お問い合わせ : 0745-43-9096 担当 片山

リハビリデイ結 ホームページ rihadei-you.com

リハビリデイ結でも検索してみてください。