

健康 やっぴみょう!
むなかた
21
第84回

大島と地島で、昨年10月に「離島歯科検診」を初めて実施しました。今回は、その実施の経緯と「歯の健康を守る」大切さを市民記者が取材しました。
■問い合わせ先 健康づくり課 ☎(36) 1187

歯の健康を守る

おいしい人生を送るには 歯の病気予防が不可欠



地島で始まった歯科検診

市では、昨年4月に、地島と大島の「離島振興計画」を策定。これに先立ち、島に住む住民のみなさんに、振興計画に盛り込みたい事項のアンケートを実施しました。その結果、地島から「病院・診療所がないことに困っている」との回答が98・3%あり、医療体制の確保が重要な課題とされました。

市が実施している住民健診で、大島では、大島

歯の病気にかからないためには 予防が一番

予防が一番

離島歯科検診は、歯科医師と歯科衛生士の2人1組で実施します。

地島で検診に当たった、きたむら歯科医院(田熊)の北村哲朗先生は「今回は初めてなので、島の

人たちの認知度が低いと感じました。定期的に検診に来ることを知ってもらえたら変わってくると思いますよ」と話していました。

また、「島に限らず、



定期的な検診を勧める北村先生

「痛いという自覚症状が出たときは、既に病気が相当進行しています。歯の健康を守るには、定期的に検診を受けることが大切です。定期的に検診を受けることで、歯の健康を守ることができます。」

夜中に歯が痛くなっても、すぐには歯科医院を受診することはできません。まず、大切なのは「予防」。歯の病気にかからないようにすることが一番です」と北村先生。病気にいろいろなあります。特に歯の病気が、痛くならないと病院に行かないという人が、多いようです。

地島で検診を受けた人の中に、素晴らしい歯の持ち主がいました。主婦の奥共子さん(30歳代)です。若い時に親知らず

食後は必ず歯磨きピカピカの歯



離島歯科検診での歯科衛生士による歯磨き指導の様子

を一本抜いたことがあるだけで、あとの歯は白くピカピカ。歯には、常にピカピカの状態を維持することが大切です。



ピカピカの歯が自慢の奥共子さん

奥共子さんの話を聞いてみると、北村先生が勧める「歯の健康を守る」ポイントが、そのまま実践されているように感じました。

【だじょうぶ】 その一言で 救われる (山口楓斗・河東中1年)

保健師からの一言

セルフケアとプロフェッショナルケアで歯の健康を保とう!



豊福保健師

かむ、飲む、味わう、話すなど、歯や口は大切な役割を持っています。虫歯や歯周病で歯を失うと、全身の健康に影響を与えることもあります。

平成17年の歯科疾患実態調査では、歯周病がある人の割合は40歳代で37.3%、60歳代で54.7%でした。「歯周病」は、「歯周炎(*1)」と「歯肉炎(*2)」を総称したもので、歯を失う原因の第1位は「歯周病」といわれています。自覚症状が少ないので、気がついたときには、相当進行していたということもあります。

まずは、自分の歯と口の中の状態を知ることが大切です。そのためには、歯の定期的な検診をお勧めします。普段のセルフケア(日頃の歯磨きなど)に加えて、歯科医師に口の中を診てもらい、必要に応じて歯石の除去や歯面清掃をしたり、歯科衛生士から個人にあった歯磨き指導を受けたりするというプロフェッショナルケアを受けることが、歯の健康を保つ上で大切です。

市では、毎年、当該年度中に、40、50、60、70歳になる人を対象に、歯と歯ぐきの検査を無料で受けることができる「歯科(歯周疾患)検診」を実施しています。対象者へは、4月に「受診券」を送付しています。受診券の有効期限は3月31日(月)です。検診費用は無料ですが、引き続き治療が必要な場合は、別途、料金が必要です。まだ受けていない人は、この機会にぜひ、受けてみましょう。

(*1)「歯周炎」とは、歯ぐきの内部にまで炎症が広がり、歯を支えている組織や歯槽骨まで炎症をおこした状態

(*2)「歯肉炎」とは、歯の周りの歯ぐきが炎症をおこしている状態

【宗像地区歯科休日急患センターでも歯科検診を受けることができます】

- 診療日 ▽日曜日、祝日、盆(8月13日~同15日) ▽年末年始(12月30日~1月3日)
- 場所 田熊5-5-2
- 時間 いずれも9:00~16:30
- 問い合わせ先 同センター ☎(34)8080

友達は 勇気をくれる 宝物 (片山駿・玄海中1年)