

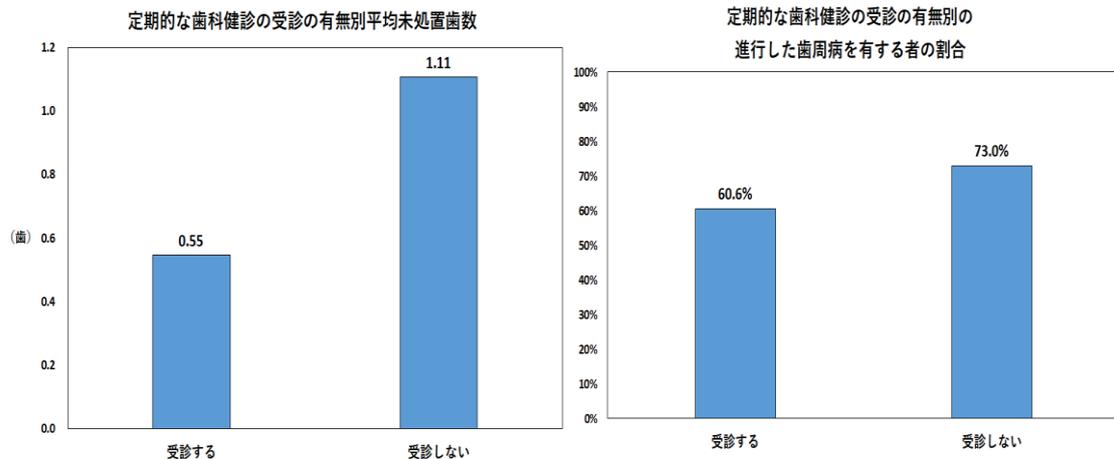
## むし歯および歯周病の予防について

北海道室蘭保健所では、令和4年度から西胆振地域の成人の生活習慣と歯の健康との関連性を調査しております。

令和4年度の調査では、定期的な歯科健診を受診している者は、受診していない者に比べて、未処置歯（治療していないむし歯）が少なく、進行した歯周病（4mm以上の歯周ポケット）を有する者の割合が低いという結果が出ました（40～70歳の155人を分析）。

むし歯および歯周病は、歯を失う大きな要因です。歯を失うと食事が炭水化物や脂質といった柔らかいものに偏りがちになり、栄養バランスに支障をきたします。

年に1度、歯科医院を受診し、歯科健診を受けることをお勧めします！



注) 未処置歯とは、治療していないむし歯のことです。

注) 進行した歯周病とは、4mm以上の歯周ポケットがあることです。

<出典> 令和4年度西胆振地域成人歯科保健地域診断報告書：北海道室蘭保健所