

健康で美しく生きるために!

Healthy Life,
Beautiful Life

歯の寿命をのばして、 健康寿命を10年のばそう

「歯磨きで出血がよく起こる」はまずいです!?

一般社団法人
歯の寿命を
のばす会

歯磨きをして歯ブラシに血が付いていた経験が1度はあると思います。それが数ヶ月に1度位なら良いのですが、月に何度か起こっている場合は要注意です!



なぜなら、歯ぐきから出血するのは、歯周病がいま進行しているサインだからです。歯周病とは簡単に言えば、歯ぐきが腫れたり歯を支えている骨が溶ける病気です。

そして歯周病が怖いのは、痛みがなく進行することなのです。だから、ほとんどの人は自分が歯周病だ分からないのです。ですので気付いた時には、歯を支えている骨が半分位失っているなんてことがたびたびあります。「自覚症状が無いなら、防ぎようがないじゃない」と思うかも知れませんが、でもご自身でも気付く

ることが一つあります。それが、歯ぐきからの出血です。

歯周病が進行している時は、痛みがなくても歯ぐきは炎症を起こしています。だからちょっとした刺激で出血をします。健康な歯ぐきであれば、傷をつけない限り出血はしません。通常の歯磨きで出血するのは、それだけ歯ぐきに問題がある証拠です。



ただ歯科医師として悲しいのは、「出血しても痛くないし、、、」と問題を放置されてしまうことです。そうすると本来なら助けられる歯も、助けられなくなってしまいます。だって腕をちょっと触っただけで、出血していたら怖いんですよね。何かの病気じゃないか?って

心配になると思います。

歯ぐきも同じです。痛くなくても、病気は発生していますので気を付けて欲しいのです。もし普段に歯ブラシだけしかしていない方は、奥歯に1度フロスや歯間ブラシをしてみてください。フロスや歯間ブラシだと、出血するケースがあります。



理由は、歯ブラシでは歯と歯の間が掃除できてなかったからです。もし出血する場合は、歯周病が起こっている証拠なので早めのチェックを受けてみてください。早めの対策をすれば歯周病から歯は守れます!

つい放置していました。
このままでは
危ないですね、、、

