



今月の歯科医師 宅間 政次 氏  
曾於郡歯科医師会 宅間歯科医院

## 入れ歯のお手入れ

入れ歯も毎日洗って、  
お手入れを欠かさず清潔に保ちましょう！

③週に2、3回は入れ歯洗浄剤に浸けてきれいにしましょう。時間は約20分ですが、一晩つけてもかまいません。使用するときはよく水洗いをし、入れ歯洗浄剤の成分を洗い流しましょう。

②入れ歯専用ブラシを使いブラッシングをします。金属の部分や裏側も丁寧に清掃しましょう。歯磨き粉には研磨剤が入っているため、入れ歯を傷つけてしまう場合があります。入れ歯には使用しないでください。

①入れ歯をはずし、水洗いをします。食べかすや表面のヌルヌルを洗い流す感じで。

**入れ歯のお手入れ方法**

歯みがきを毎日するように、入れ歯も毎日のお手入れが必要です。茶しぶ、たばこのヤニ、食べかす、歯垢などがたまりやすく、不潔な入れ歯は口臭、口内炎、誤嚥性肺炎の原因になることがあります。できるだけ毎食後にはずして水で軽くすすぐようにしましょう。



## 歯周疾患検診を受けましょう

自分の歯でおいしく食べたり  
会話をするために…

保健福祉課歯科衛生士

**歯**を失う原因には、主に「むし歯」と「歯周病」があります。「歯周病」は自覚症状がほとんどないため、気づいたときには取り返しのつかない状態にまで進行していることがあります。

また、「歯周病」は単なる口の中の病気ではなく、糖尿病や肺炎、心臓病、骨粗しょう症、早産、低体重児出産など全身の健康と深く関係しています。

「歯周病」は早期発見と自己管理で予防できる病気です。予防のためには今の自分の状態を知ることが大切です。

曾於市では、特定健診・各種がん検診等の会場で、歯周疾患検診を無料で実施しています。健診申込者のうち40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、65歳、70歳の方々へ、歯周疾患検診問診票を添付しています。この機会にぜひ受診してください。

※時間に限りがありますので、あらかじめご了承ください。

また、健診申込をされなかった方で、本年度40歳、50歳、60歳、70歳の節目年齢の方は、個別に通知します。ぜひ受診してください。