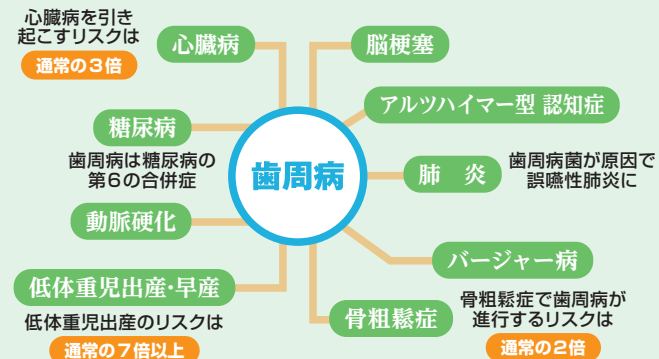


# 歯周病対策は 20歳代のかかりはじめ からが大切！

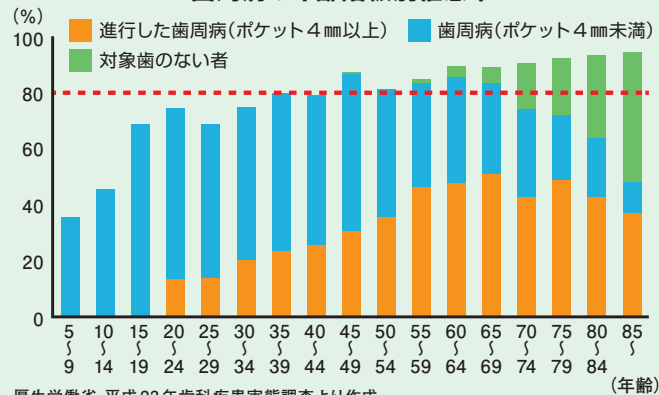
**歯周病は国民病**です。  
～ 20歳以上の約8割が罹患～

## 多くの疾病との関わり

お口の健康と全身の健康は密接に関連しており、歯科医療によってさまざまな疾病のリスクを抑制できることが明らかになってきました。



## 歯周病の年齢階級別罹患率



渋谷区歯科医師会  
会員診療所



かかりつけ歯科医をまだお持ちでない方は、下記のQRコードからお近くの歯科医療機関をお探してください。初診の方は、必ず電話で確認をしてください。



<p>本町・幡ヶ谷・笹塚エリア</p>	<p>神山町・道玄坂・松濤・宇田川エリア</p>
<p>初台・代々木・千駄ヶ谷エリア</p>	<p>渋谷・神宮前・東エリア</p>
<p>大山町・上原・元代々木エリア</p>	<p>恵比寿・広尾・代官山エリア</p>

渋谷区歯科医師会 検索



上記のように検索するかQRコードを読み取ると渋谷区歯科医師会のサイトへアクセスできます。

# 渋谷区民の 歯と口の健康 を守ります！



公益社団法人 渋谷区歯科医師会

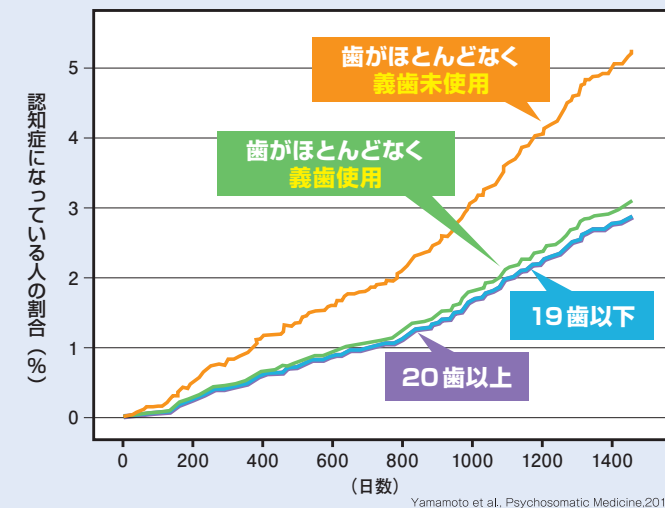
〒150-0031 東京都渋谷区桜丘町 23-21  
渋谷区文化総合センター大和田 2階  
TEL: 03-3770-2341

渋谷区歯科医師会 検索



上記のように検索するかQRコードを読み取ると渋谷区歯科医師会のサイトへアクセスできます。

# 歯・口腔のケアが 認知症予防に つながります！



歯がほとんどなく義歯を利用しない人  
20本以上歯が残っている人の  
認知症発症リスク **1.9倍**

歯がほとんどないが義歯を利用する人  
認知症発症リスク **4割抑制**

歯数が多いほど、また義歯による機能回復をするほど、本当は「認知症になりにくい」といわれています。

## 無料歯科健診のご案内

### ◆成人歯科健診

20、25、30、35、40、45、50、55、60、65、70、75、80、85歳の節目年齢該当の誕生日月に受診票を区より送付しています。

歯科医師会会員診療所にお申し込みください。

#### 検査内容

歯周病とむし歯リスク、飲み込み機能（65歳以上）

歯周病があると、糖尿病、脳梗塞、心筋梗塞、肺炎、さらにはがんのリスクも高くなります。最近では、認知症の発症との関連もわかってきました。

むし歯リスクを調べる「RDテスト」を行います。唾液で簡単に調べられます。

65歳以上の方は飲み込み機能を調べます。簡単な機能検査とアンケートです。窒息による死亡は交通事故での死亡者を上回っています。飲み込みに問題がある方はトレーニング方法を紹介します。

※治療は対象外です。

## あなたの歯は大丈夫ですか？



術前

術後

### ◆妊婦歯科健診 〈妊娠期間中1回〉

妊娠中は、むし歯ができやすくなったり、歯周病になりやすくなります。歯周病になると、早産・低体重児出生のリスクがアルコールやタバコの摂取の7倍にのぼるといわれ、高齢出産などよりもはるかに高い数字です。生まれてくる元気な赤ちゃんのために、確実な歯周病予防を行いましょう。



歯科医師会会員診療所にお申し込みください

### ◆口腔がん検診 〈年1回11月頃（要申込）〉

お口の中にも「がん」はできます。大学病院の専門医の先生と歯科医師会の協力医の先生が診査します。早期発見早期治療が重要です。先進国では日本だけ口腔がんの発症率が年々増加しています。受診をご希望の方は渋谷区歯科医師会（TEL：03-3770-2341）へ事前にお申ください。



※「口腔がん検診」の案内は区報でお知らせします。

## 訪問歯科診療のご案内

寝たきりで通院が困難な方で歯科治療をご希望の方（義歯の作成・調整、むし歯の治療、拔牙、口腔ケア、嚥下内視鏡検査、食事指導・口腔リハビリテーション）



は、プラザ歯科診療所に電話でお申し込みください。

#### ●摂食嚥下障害の検査

むせたり、食べこぼしなどありませんか？

専門医が適切な食事形態の選択や、口腔リハビリテーションにより、摂食・嚥下機能の改善を行います。訪問歯診療で飲み込みの検査ができます（嚥下内視鏡検査）。

#### ●専門的口腔ケア

歯科衛生士がご自宅に伺い、専門的口腔ケアを行います。口腔内を清潔に保ち、誤嚥性肺炎のリスクを減らします。日々の口腔ケアの提案もさせていただきます。



## 障がい者歯科診療のご案内

一般の歯科診療所では治療を受けることが困難な障がい者、有病者、要介護高齢者などで渋谷区在住の方の歯科治療をプラザ歯科診療所にて毎週土曜日に予約制で歯科診療を行なっています。東京都立心身障害者口腔保健センターの指導医と歯科医師会の協力医が担当します。

## 休日歯科応急診療のご案内

日曜・祝祭日・年末・年始に歯が急に痛み出したら、プラザ歯科診療所へお電話ください。診療している歯科医療機関をご紹介します。

受付時間 9時～17時（日曜・祝祭日・年末・年始）

【お申し込み、お問い合わせ先】

### 渋谷区口腔保健支援センター プラザ歯科診療所

住所 東京都渋谷区東3-14-13 ひがし健康プラザ2階

電話 03-5466-2770

受付時間 9時～12時（火・水曜日を除く）



#### 電車

- ▶ JR「渋谷駅」徒歩15分
- ▶ JR「恵比寿駅」徒歩10分

#### バス

- ▶ 都バス【都06】【田87】系統「東3丁目」
- ▶ ハチ公バス（夕やけこやけルート）「東2丁目」徒歩3分