

75歳からのお口の健康チェック 健診結果のお知らせ

様

健診日 年 月 日

歯の状況

① 健全歯数	②未処置歯数	④処置歯数	現在歯数 (①+②+④)
本	本	本	本

○定期健診を受けましょう。

☐ むし歯や歯周病は認められません。お口の機能も問題ありません。

現在の食生活を含めた生活習慣を維持していくことが大切です。

高血圧や糖尿病などの生活習慣病にも注意して健康を維持しましょう。

半年に一度は、むし歯や歯周病、お口の機能について歯科医院でチェックしていただくとよいでしょう。

○指導を受けましょう。

☐ 歯みがきや入れ歯の管理について、指導を受けましょう。

お口の中をきれいな状態に保つことは、むし歯や歯周病だけでなく全身の健康にも大切です。特に誤嚥性肺炎^{ごえんせいはいえん}とお口の状態には深い関係があります。正しい歯みがきの方法や入れ歯の管理について、歯科医院で指導を受けることをお勧めします。

☐ 食事の内容に気をつけましょう。

高齢者には歯の数が少なくなった方や入れ歯をお使いの方が多く、食事の内容（形態）に工夫が必要な場合があります。お餅などによる窒息事故にも気をつけてください。

○精密検査や治療が必要です。

☐ 歯周病が認められます。治療が必要です。

歯ぐきの状態を歯科医院でより詳しく調べ、治療されることをお勧めします。歯周病を放置すると歯が抜けてしまうこともあります。歯を支えるあごの骨が少なくなるため、入れ歯が不安定になる原因にもなります。また歯周病菌が全身に影響を与えることがあり、特に誤嚥性肺炎ごえんせいはいえんや糖尿病の悪化との関連も分かっていますので、注意が必要です。

☐ むし歯があります。治療が必要です。

進行したむし歯は自然には治りません。治療されることをお勧めします。特に高齢者では歯の根がむし歯になりやすく、歯を失う原因になります。年齢とともに、だ液が少なくなり口の中が乾燥すること、むし歯がしやすい原因の一つと考えられています。治療だけでなく歯みがきを含めた口腔ケアの方法について、歯科医院で指導を受けてください。

☐ 義歯に問題が認められます。治療が必要です。

自分の歯が少なくなると、食べられないものがでてきます。また、合わない入れ歯や壊れた入れ歯ではしっかり噛むことができず、お口の中に傷を作る原因にもなります。入れ歯の調整や新しい入れ歯について、歯科医師に相談してください。

☐ 飲み込む機能に問題が認められます。専門的な口腔ケアを受けましょう。

高齢者は歯の数が減る、だ液の分泌が減り口が渇く、飲み込む機能が低下するなどの理由で、栄養を取りにくくなったり、口の中のばい菌が増えやすくなったりします。また、脳卒中などの後遺症としてお口の機能に障害がみられることもあり、栄養の低下や、誤嚥性肺炎ごえんせいはいえんの原因となることがあります。

予防には、歯みがきを含めた口腔ケアを毎食後必ず行うことが重要です。歯科医師や歯科衛生士による、お口や全身の状態に合わせた専門的口腔ケアや、口腔ケアに関する指導を定期的に受けることをお勧めします。

☐ その他

医療機関名・歯科医師名