

# “老化の予防”歯科



## Q & A



### 口の健康が生活習慣病を防ぎます

生活習慣病を予防する歯科の新たな役割を患者さんに伝えましょう。

「全身疾患の発症・重症化の予防をする歯科」

となるためにまとめました。  
超高齢化時代だからこそ、  
若い世代から始めたい  
予防のアドバイス集です。



編集・執筆

**武内 博朗**

(綾瀬市開業／鶴見大学臨床教授・歯学部探索歯学講座)

**野村 義明**

(鶴見大学准教授・歯学部探索歯学講座)

**花田 信弘**

(鶴見大学教授・歯学部探索歯学講座)

執筆

鶴見大学歯学部探索歯学講座

今井 奨 大塚 良子 岡田 彩子

岡本 公彰 加藤 大明 宮之原真由

村田 貴俊 山田 秀則



清潔な口腔では



不潔な口腔になると



目次

- Q. 糸ようじを使うと出血するのですが、そのまま続けていて大丈夫でしょうか？
- Q. 歯肉に炎症があると心臓を悪くするって本当？
- Q. 歯ぐきが下がってきたり、口臭がするのは、歳のせい？歯周病のせい？
- Q. 歯の根のところが変色して、しみたり、痛みが出たりします。むし歯でしょうか？
- Q. 奥歯がなくても何でも食べられれば、そのままでもいいんですか？
- Q. 口の中が不潔だと肺炎になるんですか？
- Q. 歯がない人は、認知症になりやすいんですか？
- Q. 脳卒中に歯周病が関係しているんですか？
- Q. キシリトールはなぜむし歯予防だけでなく、口のかわきにもよいのですか？
- Q. 歯によい甘いもの、悪い甘いものというのはどんなこと？
- Q. マウスウォッシュ（洗口液）は、本当に効果があるの？
- Q. 栄養状態がよくなないと歯周病になりやすいんですか？
- Q. 乳酸菌で、本当にむし歯や歯周病が予防できるんですか？
- Q. 古い歯垢、新しい歯垢ってなんですか？
- Q. 定期健診は年に何回受ければいいのでしょうか？

(NOTE)

- 歯肉からの出血
- 慢性炎症の全身への影響
- 歯肉退縮と口臭の原因
- 高齢者に多い根面う蝕
- しっかり噛める人、そうでない人の栄養と健康
- 誤嚥性肺炎の原因菌
- 口腔の健康と脳の関係
- 歯周病と虚血性脳血管疾患との関連
- 唾液と人工甘味料について
- 甘く見るな“甘いもの”
- 口腔内の細菌のバランスと、洗口液の使い方
- 体を老化させる高血糖
- 体内の細菌の棲み分けと健康
- 歯垢からバイオフィルム、歯石までの段階
- セルフケアとプロケア、それぞれの大切さ

■ A4判 42頁カラー

■ 定価 本体 3,000円 + 税

# 患者さんへの“ベストアンサー”シリーズ



## オーラルフレイル Q&A

平野浩彦（東京都健康長寿医療センター）／飯島勝矢（東京大学教授） 他著

## プレママと赤ちゃんの歯と口の健康 Q&A

井上美津子（元昭和大学教授）／藤岡万里（昭和大学非常勤講師） 著

## 顎関節症 Q&A

中沢勝宏（東京都開業） 著

## 歯ぎしり Q&A

馬場一美（昭和大学教授） 著

## 子どもの歯と口のトラブル Q&A

井上美津子（元昭和大学教授） 著

## 金属アレルギーとメタルフリー治療 Q&A

白川正順（元日本歯科大学教授）／石垣佳希（日本歯科大学准教授） 著

## 歯周病と全身の健康 Q&A 補訂版

和泉雄一（東京医科歯科大学教授） 編

## 息さわやかに Q&A

川口陽子（東京医科歯科大学教授） 編

## 口腔がん、口腔がん検診 Q&A

山本浩嗣（元日本大学松戸教授）／久山佳代（日本大学松戸教授） 著

## 指しゃぶり、おしゃぶり Q&A

井上美津子（元昭和大学教授） 著

■ A4判 40~48頁 カラー ■ 各定価（本体 3,000円+税）

注文書

医学情報社

〒113-0033 東京都文京区本郷 3-24-6 TEL.03-5684-6811 FAX.03-5684-6812

\*お取引の歯科商店のない場合は、代金引換にて発送（発送手数料 400円がかかります）

- ◆ “老化の予防” 歯科 Q&A \_\_\_\_\_冊
- ◆ \_\_\_\_\_冊
- ◆ \_\_\_\_\_冊

● お取引の歯科商店

ご氏名（医院名）

ご住所 〒

TEL.