

歯肉が下がる『歯肉退縮』 の原因と予防法

博愛会通信

令和4年
10月号

歯茎が下がる「歯肉退縮」のリスクと予防法

歯肉退縮 = 加齢や歯周病などによって、**歯茎が下がること**



歯肉退縮の主なリスク

- 歯が抜けやすくなってしまう
- 歯がしみやすくなる
- 見た目への影響

また、一度下がった歯茎を自力で戻すのは困難

適切な習慣で予防を

- ブラシは柔らかいものを使い、ペンを持つようにしてやさしく磨く
- 歯科医での歯石除去や、歯列矯正によって歯周病リスクを減らす
- 歯肉への血流を悪化させる喫煙習慣をやめる



加齢によるもの
体が衰えるとともに、
歯肉も衰えます。

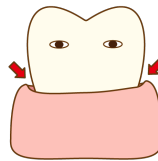
歯周病

炎症により歯肉や顎の
骨の破壊が生じます。



歯磨きの方法

強い力で歯磨きすると
歯肉に負担がかかります

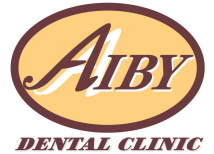


噛み合わせの悪さ

歯にかかる力が別の方向にかかることで、
歯や歯肉に負担がかかります。

喫煙

ニコチンによる影響で歯肉への
血流が減少します。



医療法人社団 博愛会
平岸駅前こまち歯科



栄町駅前こはく歯科
医療法人社団博愛会 since 2004

**歯肉退縮は、加齢によって自然におこることは仕方ないですが、
適切なブラッシングや予防を行うことで退縮を遅らせることができるので、セルフケアや定期検診は大切です。**

こんにちは🦷衛生士の平野です👩🏻

お口の状態に合った歯ブラシを選択することは
予防歯科の第一歩です✨✨✨

当院は、多種多様の歯科清掃器具を揃えており
ますので、是非ご相談下さいね😊

こんにちは、受付の本庄です😊

アイビー歯科のおすすめ商品をご紹介します。

【【SPTガール】】です。

お水でうすめるタイプのうがい薬です。

口腔内の除菌、消毒、洗浄や口臭の除去に効果があり
ます。マスクをずっとつけているお口の中がすっ

きりしますよ😊この機会に一度お使いになって見
ませんか？