

国保加入者の皆様へおしらせです!

高松市 国保歯科ドック

標準コース

精密コース

ただ今
受付中!

高松市国保・高齢者医療課
国保給付係

☎ 087-839-2311

※高松市が健診費用の一部を助成しています。ご希望の方は、上記までお問い合わせもしくはお申し込みをお願いします。

急に!!

夜間・休日に
歯のことで困ったら!!



高松市歯科救急医療センターへ
ご連絡ください。

休日救急
歯科診療

夜間救急
歯科診療

障がい者
歯科診療

お問い合わせ

☎ 087-851-1167

Information

月～土曜日に行われている
夜間救急診療の
受付時間が
19:30～22:00
(従来は19:30～21:30)
になりました。

※本事業は高松市の補助を受けて実施されています。

Message from Mayor

歯と口の健康は、全身の健康につながります。最近では、特に歯周病が全身の健康と関わっていることがわかってきました。その歯周病を悪化させる原因に喫煙も関係しているようです。喫煙が、がんや心疾患、脳血管疾患、高血圧などの生活習慣病と深く関連していることは、よく知られていることですが、歯や歯ぐきにも悪影響を及ぼし、歯周病の悪化を進めます。健康な歯と歯ぐきを守るために禁煙に取り組みましょう。

本市では、成人歯科健康診査として、節目の年齢(40、50、60、65、70、75歳)の方全員を対象に、市内の歯科医療機関において無料健診を行っているほか、国民健康保険の加入者を対象とした歯科ドック助成事業も行っていきます。市民の皆様には、ぜひこうした機会を御活用いただき、少しでも長い間御自分の歯を守って、心身ともに健康で快適な生活を送られますことを願っています。

高松市長 大西 秀人

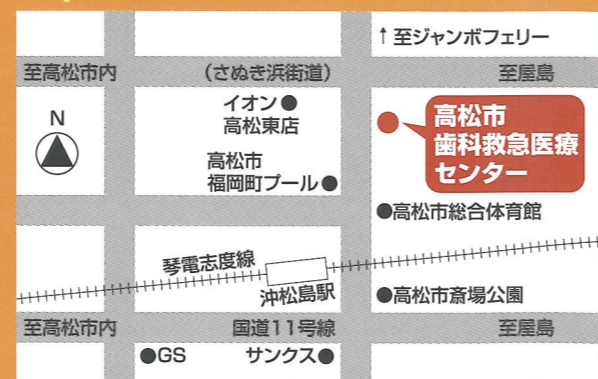
(社)高松市歯科医師会からのインフォメーション

喫煙による人体に及ぼす影響はよくわかっています。なかでも受動喫煙(副流煙)は自分の周りの大切な人たちの健康をも脅かす強い毒性があり、口腔内も、歯、歯ぐきの着色、口臭の原因となることが立証されています。高松市歯科医師会は、市民の皆様の更なる健康増進に努めて参ります。

会長 梅村 謙二

「もぐもぐだより」はホームページにも掲載中!
バックナンバー (vol.1～24) もご覧いただけます。

<http://www.418takamatu.com/>



(社)高松市歯科医師会

〒760-0066 高松市福岡町3-36-23

連絡先

TEL: 087-851-1166
FAX: 087-851-1120



歯医者さんからのかわらばん

今回は
喫煙の影響を
特集

もぐもぐ だより vol.25



高松市歯科医師会

【もぐもぐだより 第25号】2012年6月発行 年2回発行(6月・11月)

www.418takamatu.com



大人のタバコで、子どもたちも大ピンチ!? タバコの煙



もぐもぐだよりのバックナンバー (vol.1～24)

インターネットで配信中

かんたん検索!

<http://www.418takamatu.com/mogumogu/index.html>

もぐもぐだより

検索

喫煙による口腔内への影響

歯への着色と歯ぐきの黒ずみ

喫煙により、歯の表側や裏側にこげ茶色のヤニ(タール)が付着します。また、歯ぐきにはメラニン色素が強く沈着し、黒ずみができます。

口腔がんのリスク増加

喫煙による口腔がんの死亡率はタバコを吸わない人に比べ、3~4倍とされています。また、喫煙しながら飲酒をすると、発がん物質が溶けて粘膜を刺激し、より発症リスクが高まります。

歯周病のリスク増加

タバコには多くの有害物質を含んでいます。それらは喫煙によって歯周組織を激しく破壊するため、非喫煙者に比べ喫煙者は**2~8倍** 歯周病にかかりやすくなります。
※個人差があります。



タバコを吸う人

タバコを吸わない人



受動喫煙による子どもの口腔内への影響

歯ぐきの黒ずみ
歯周病
むし歯

受動喫煙とは!? 他人が吸ったタバコの煙を吸わされることです。

親が喫煙者の場合、長期の受動喫煙による子どもの口腔内への影響は上記の喫煙者と同様です。また、口腔内だけでなく様々な健康障害を引き起こします。乳幼児の突然死、肺の発育遅延や、学童期の咳、喘息、知能低下など大きな影響を与える可能性があります。
タバコは吸う人だけの問題ではないのです。

コラム Column
タバコが原因で亡くなった大人の日本人は2007年に約12万9千人と推定されることが、東京大学や大阪大学などの分析でわかりました。喫煙による健康への影響は「がん」が最もよく知られていますが、それ以外にも喫煙は心臓病・脳卒中・肺気腫・喘息・歯周病など、体中の臓器を侵す主要な原因となっています。さらに、タバコの有害物質により病気が早く進行し、治りにくくなります。

タバコと歯周病のない健康生活!

タバコをやめることで口腔内が健康になると共に、全身の健康にもつながります。

心にも体にも良いこといっぱい!

- 運動時など呼吸が楽になる!
- 味覚が戻り、おいしく食事ができる!
- 口臭が軽減する!
- 煙のない生活で家族や周囲の人が喜ぶ!
- タバコの出費が無くなり、節約生活も!

想像以上に早い禁煙効果! タバコをやめてからの体の変化

- 20分以内 血圧が正常に下がり始める。脈拍が正常になる。手や足の温度が正常に戻る。
- 8時間以内 血圧の一酸化炭素濃度が正常になる。血液の酸素濃度が正常に上がる。
- 24時間以内 心臓病のリスクが減る。
- 48時間以内 神経末端が再成長を始める。臭覚や味覚が改善する。
- 48~72時間 ニコチンが体内から検出されなくなる。
- 72時間 呼吸が楽になる。
- 2~3週間 循環器機能が改善する。歩くのが楽になる。肝機能が30%よくなる。
- 1~9か月 咳や、疲れやすさ、息切れが改善する。肺がきれいになり細菌感染が減る。全身のエネルギーレベルが上昇する。
- 5年以内 肺がん死亡率が対10万人あたり137人から72人に低下する(10年では12人まで低下して、非喫煙者とほぼ同程度になる)。
- 10年以内 前がん細胞が置き換えられる。口腔がんや喉頭がん、食道がん、膀胱がん、腎がん、膵がんなどの発生率が低下する。

(米国肺がん協会のパンフレットから改変)



がんばろう!! 禁煙チャレンジ

禁煙は口腔内の健康だけでなく、本来の全身の健康を取り戻します。自分の為に、家族の為に、周りの人の為に、一日も早い禁煙に取り組んでみませんか?たのしい健康生活が待っています。

かかりつけの歯科医院で歯をクリーニング!!
歯周病予防や定期健診も兼ねて、歯をキレイにしてみませんか?日頃のブラッシングでは取れない歯石やヤニ取りでスッキリ爽やかな白い歯を取り戻しましょう。

