

# 健康ニュース No.52

## コロナ禍だからこそ大切！ 歯と口の健康づくり

コロナ禍での歯科受診、皆さんどうですか？

感染する・させてしまうリスクを考え、受診を控えている方はいらっしゃいませんか。



### 歯科受診について、63%の方が不安あり

日本歯科医師会が行った調査によると、歯科受診・定期チェックを受けることに対して63%の方が「不安あり」という結果がありました。また、不安があると答えられた方の理由は、「口を開く必要があり、感染リスクがあると思う」や「近い距離で治療や検査を受けるため」といった意見が多い結果となりました。<sup>(1)</sup>

### 会話の減少や間食の増加は、むし歯や歯周病の悪化へ

また、同調査では、コロナ禍での外出自粛などにより、人との**会話の減少**や**間食の増加**を感じている人が増えていました。このような生活の変化は、口を動かす機会が減ることで唾液の量が減り、口腔衛生状態の不良を招くため、むし歯や歯周病の悪化が心配されます。



### 口腔の健康は、全身の健康に影響を与えます

むし歯や歯周病は、自覚症状のないまま進行することが多く、重症化してから気づいても治療期間が長くなってしまいます。さらに、**口腔の健康は全身の健康（糖尿病、心疾患、慢性腎臓病、呼吸器疾患、骨粗鬆症、関節リウマチ、悪性新生物（がん）、早産・低体重児出産など）**にも影響を与えることが分かってきました。口腔の健康を維持するためには、定期的に歯科医療機関を受診することが大切です。



歯科医療機関では、新型コロナウイルス等の感染リスクを軽減するために、マスク・手袋・ゴーグル等の防護具の着用の徹底、定期的な換気、事前の問診などの感染予防策を講じているため、安心して受診できます。

国の調査によると、歯を失う主な原因である歯周病の罹患率は、40歳以上では約45%でした。<sup>(2)</sup> 鹿児島市では、**今年度40・50・60・70歳**になる方に対して委託歯科医療機関にて**「歯周病検診」**を行っております。歯科医院への定期的な受診で、**歯と口の健康**を守りましょう！

(1) 公益社団法人日本歯科医師会 「歯科医療に関する一般生活者意識調査～2020年度調査報告書～」 2020年9月

(2) 厚生労働省「平成28年歯科疾患実態調査」