

★歯を大切にするための情報をお届けします。



健康ニュース

じんの歯科クリニック

052-879-1818

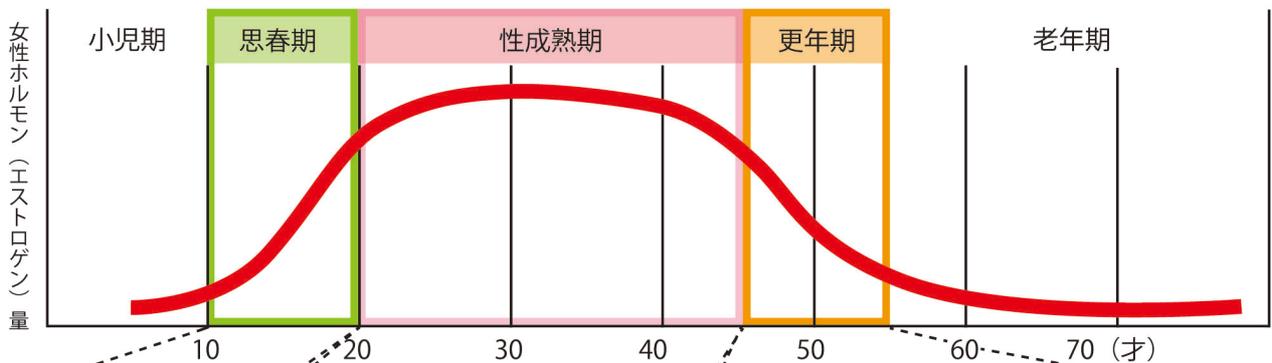
歯周病のリスクには男女差が!

歯周病のかかりやすさに性差があるのをご存知でしたか?

結論から言うと、歯周病リスクが高いのは女性です。これには女性ホルモンが関係しています。歯周病の原因となる歯周病細菌には数種類ありますが、その中に女性ホルモンを栄養源として繁殖するものがあるため、女性の方がリスクが高くなってしまいます。男性もちろん、歯周病に対するケアというのは必要ですが、女性は特に以下のタイミングでの歯周病ケアが大切です。

女性が歯周病にかかりやすいタイミング

女性は月経の周期によっても歯茎の状態が変化しやすいですが、特に歯周病のリスクが高まる時期というのがあります。



1. 思春期

思春期になると女性ホルモンが増え、月経が始まります。その月経の周期により歯茎が腫れやすい、歯茎から出血しやすい、というようなことが起こり始めます。

2. 妊娠・出産期

妊娠して女性ホルモンが急増するとともに、特定の歯周病細菌の活動が活発になります。また妊娠期に起こる唾液の性質や状態の変化、つわりで歯磨きがしにくい、食生活の乱れ、といったものも歯周病のリスクに影響してきます。

3. 更年期

更年期になると女性ホルモンが減り、閉経します。女性ホルモンが減ると骨の代謝がガクンと落ちて骨が弱くなっていきます。そのため、この時に歯周病にかかっていると一気に歯周病が進行しやすくなります。また、更年期の唾液の減少も重なり、お口の中の自浄作用が落ちてしまいます。それゆえ歯周病細菌も繁殖しやすい状況となるため、歯周病のリスクが高くなります。

子供のむし歯予防は大人の役目

生まれたばかりの赤ちゃんの口の中にはミュータンス菌(むし歯菌)はいません。食事の際に、親や祖父母、兄弟、が使ったお箸やスプーンを使って食べさせたり、同じコップやストローを使ったりといった様々な外的な要因によって感染します。子供のむし歯予防には大人のサポートが欠かせないので、お子さんがむし歯で大変な思いをしなくて済むようにしっかりサポートしてあげましょう。

主な大人のサポート

<p>朝、昼、おやつ、夕食の間隔を開け、だらだらと食べさせない</p>	<p>糖分を含むジュースやアメなど飲食するものに注意</p>	<p>お箸、スプーン、コップなどを共有しない</p>	<p>定期的に健診とフッ素塗布を受ける</p>	<p>自分でしっかり磨けるまでは仕上げ磨きをする</p>
-------------------------------------	--------------------------------	----------------------------	-------------------------	------------------------------