

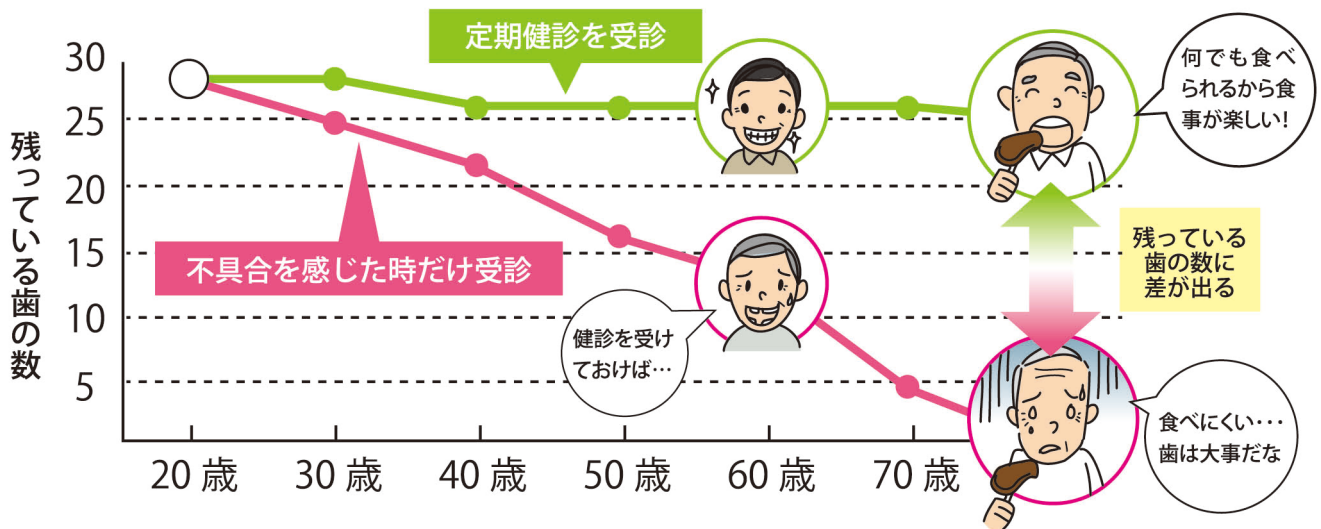
## できる限り歯を残すために定期健診の習慣を!

定期的に健診を受けると、むし歯や歯周病の原因になる歯石や歯垢を取り除いたり、自覚症状がない疾患を発見でき早期に治療できるので歯は長持ちします。歯は物を噛むのに不可欠ですが、歯がたくさん残っていることで体の健康状態にも違いが出てくるのがわかっています。ほかにも、脳の活性化、噛む力の維持、生涯医療費の抑制といったメリットもあります。歯を長持ちさせるために定期的な健診の習慣を身につけましょう。

**歯が残っているメリット**

- 何でも食べられる
- 元気で健康
- 脳が活性化
- 噛む力を維持
- 生涯医療費の抑制 (健診あり)

### グラフのように定期的な健診で歯は長持ちします



## 歯科心身症をご存知でしょうか?

歯科心身症とは、お口に病的な異常は見つからないのに、口の中に右のような症状を感じるものを言います。

歯科心身症は脳機能に関連すると考えられていて、一般的な歯科治療での改善は難しく、心理療法や薬物療法が必要となる場合があります。

### 主な症状

- 舌痛症**  
舌に異常はみられないが、痛みや違和感がある
- 非定型歯痛**  
治療後の長く続く歯や歯ぐきの痛み
- 口腔異常感症**  
口の中の不快感、味覚の違和感
- 咬合異常感**  
何度調整してもなくならない、かみ合わせ、被せ物、入れ歯などの違和感
- 口臭恐怖症**  
口臭がなくても、口臭が気になったり悩んでいる
- 歯科恐怖症**  
歯科治療に対し、強い不安や恐怖をもっている

