

かかりつけ歯科医 をもちましょう

かかりつけ歯科医とは、歯や歯肉に症状があったときの治療だけでなく、患者さんの全身の健康状態やニーズに応じて、口の中のメンテナンスを行う歯科医のことです。生涯を通じた歯と口腔の健康をサポートします。



かかりつけ歯科医をもつ人は、もたない人より長生きの傾向にあります。自分で行うセルフケアと、かかりつけ歯科医で行うプロフェッショナルケアを両立し、健康な歯を保つことが健康長寿の基本です。

自分で行うセルフケア

かかりつけ歯科医で行うプロフェッショナルケア

かかりつけ歯科医で定期的に行うプロフェッショナルケア(専門的ケア)

- 歯科検診 …… むし歯と歯周病の検査、口腔内の病気の早期発見、経過観察
- 歯面清掃 …… セルフケアでは磨きにくいところの専門的な清掃
- 歯石除去 …… 専用の器具による、石灰化した歯の汚れ(歯石)の除去
- ブラッシング指導…1人ひとりの口の状態に合わせたケアのアドバイス
- 禁煙支援 …… 喫煙習慣と口の健康についての指導や禁煙の支援・相談

専門的な歯面清掃・歯石除去

専門的ケアと
指導を行う前



専門的ケアと
正しい
ブラッシング後

