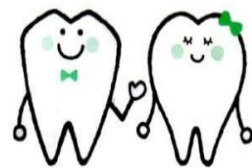




歯ッッピー検診



「お口 元気歯ッッピー検診」という名前の口腔検診があることをご存知でしょうか？

鹿児島県後期高齢者医療広域連合では、前年度で満75歳に達した被保険者を対象にこの口腔検診を実施しています。対象者の方はその年度の5月末に通知（受診券）が送られてきますので、ぜひこの機会に医療機関へ予約してくださいね！



- 対象者 前年度の3月31日現在で、満75歳の被保険者
- 検診場所 鹿児島県内の協力歯科医療機関（県外では受診できません）
- 検診期間 対象年度の6月1日から、翌年1月31日まで
- 内容
 - ・問診：歯周疾患や口腔機能に関連する自覚症状の有無
 - ・口腔内外診査：歯及び歯周組織等口腔内の状況、義歯（入れ歯）の適合状況等
 - ・口腔機能診査：頬の膨らまし検査、嚥下機能検査、舌機能検査、咀嚼力検査等
- 検診料 無料（指導費を含む）

では、口腔ケアのメリットはどんなものがあるのでしょうか？

その1 唾液の分泌を促進：虫歯や歯周病を予防、また歯や口の粘膜を保護します。

その2 感染症や発熱を予防：口の中には感染症や食中毒をおこす菌がたくさんいます。

その3 認知症を予防：口を開けたり閉じたりして噛んで食べるという行為は脳を刺激、活性化します。

その4 誤嚥性肺炎を予防：飲み込む機能が衰えると、食べ物が気管に入りやすくなり危険です。

特に高齢者は「噛む」「飲み込む」「呼吸する」「話す」「表情を作る」といった口腔機能全般が低下しやすい傾向にあります。口腔機能が衰えると、十分な栄養が摂れなくなり、免疫力の低下や摂食障害につながります。**口の中を清潔に保つことは口腔内だけでなく体全体の健康を保つことにつながります。**



☆8020運動（ハチマルニイマルうんどう）☆



8020運動（ハチマルニイマルうんどう）とは、「80歳になっても自分の歯を20本以上保とう」という運動です。体の健康を保ち、おいしく食べるには「歯」は欠くことのできない大切なものです。

20本以上の自分の歯があれば、ほとんどの食べ物を噛みくだくことができ、味を楽しみながら食べることができます。80歳になっても自分の歯を20本以上保つことは健康で長生きをするための大切な目標です！

生涯にわたって食事や会話を楽しむために、むし歯や歯周病を予防し、8020の達成を目指しましょう。

鹿児島県の80歳（75歳～84歳）で20歯以上の自分の歯を有する者の割合は・・・

26.7%

残念ながら、これは全国と比較すると低い状況です。口腔ケアの見直しを!!

●有効成分ヒノキチオールを含む口腔ケア用ジェル リフレケア

研磨剤や発泡剤を配合していない薬用ハミガキです。

口腔内のマッサージにも利用できます。

伸びがよくブラッシングしやすいジェルタイプ、

はちみつ風味、ライム風味、リンゴ風味をご用意しております。

試供品もございますので、お気軽にスタッフまでお声がけくださいませ。

