



サンプル

97%の人が知らない 歯の寿命のルール

サンプル

歯が残る人がいます。
歯が抜ける人がいます。

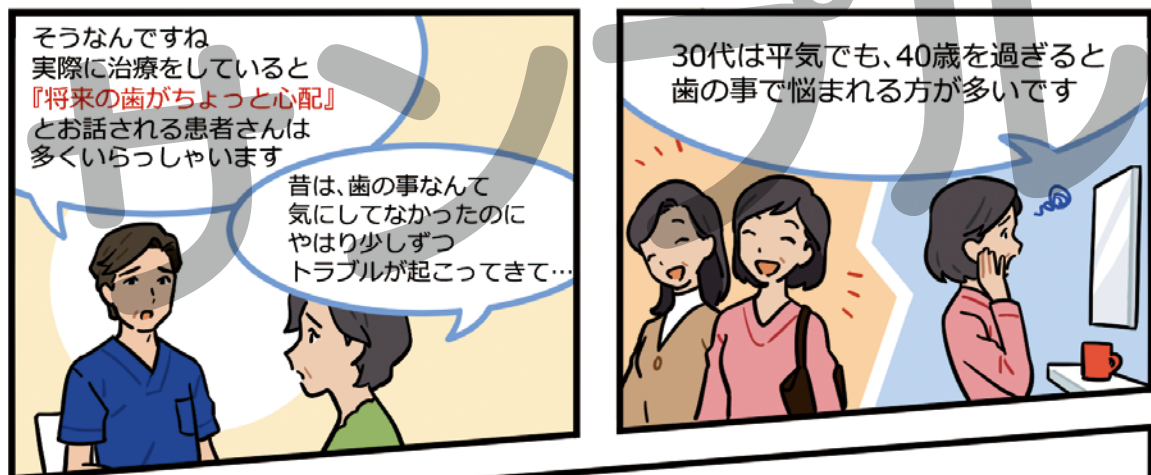


一般社団法人 歯の寿命をのばす会

一般社団法人 歯の寿命をのばす会



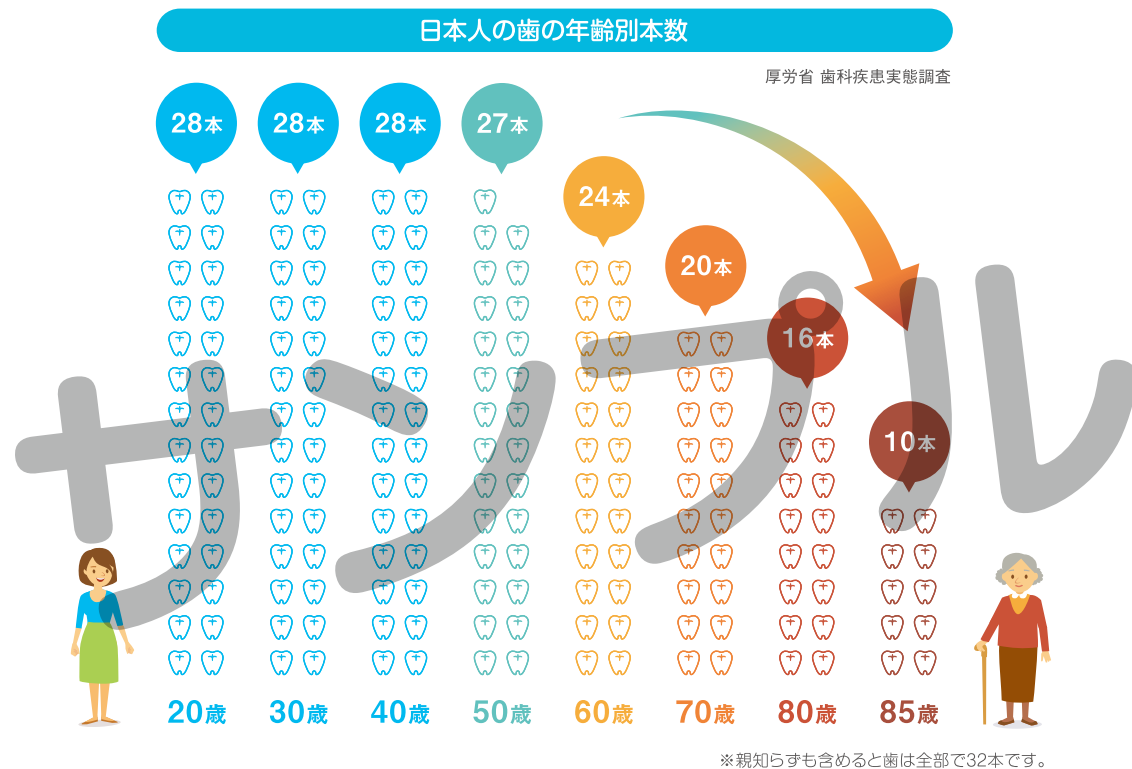
60歳には 入れ歯が必要になる??



日本人の歯の寿命はとても短い!?

歯を失った事があまり無い方からすると、『自分の歯は大丈夫だろう。』と思われる方も多いです。しかし、実際は日本人の歯の寿命はとても短いです。

実は80歳の時には、半分の16本の歯しか残っていません。極端に言えば、上顎の歯が全て抜けて総入れ歯の状態です。**70歳過ぎでも、すでに3分の1の歯を失っています。**ちょっと驚きですね。



歯を失うイメージが出来ない理由とは?

歯が多く残っている方には、そんなイメージがつかないと思います。それには理由があるのです。

その理由は、歯はある時から加速して失うからです。平均的に初めて歯を失うのは50歳頃です。50年間生きていて、初めて歯を一本失うので『まだまだ大丈夫だろう』と思ってしまいます。ただ、そこから歯が抜けるスピードが加速していった多くの方は60歳頃から入れ歯が必要となります。

歯が抜けるスピードは加速します。1~2本の歯が抜けたら要注意です。



2 歯を失う事と一緒に、失う物とは？



50歳頃から歯が抜けてしまうのですね。しかも抜けるスピードが速くなるなんて知らなかったです

出来る事ならご自身の歯を長く残したいですね

歯が抜けた時ってどうなるのか想像できないのですが、どんなデメリットがあるのですか？

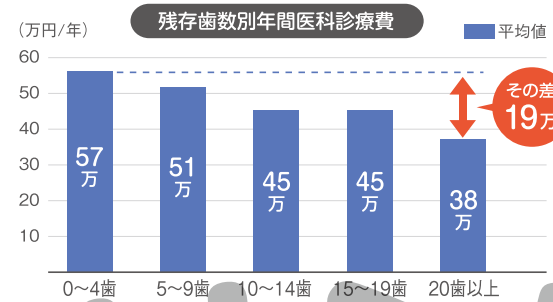
食事がしづらくなる事はもちろんあります。ただそれ以外にも悪影響があるのです

噛めない以外にもですか!? すごく知りたいです

歯を失う事による4つの悪影響とは？

その① 医療費が高くなる。

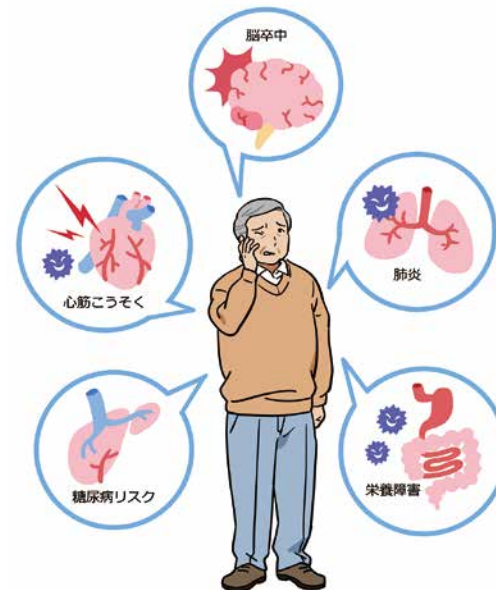
歯が多くある人と少ない人を比べた場合で医療費に差が出ます。いくつかの統計がありますが、1.5倍位の医療費負担の差があります。



出典:平成25年度 香川県歯の健康と医療費に関する実態調査

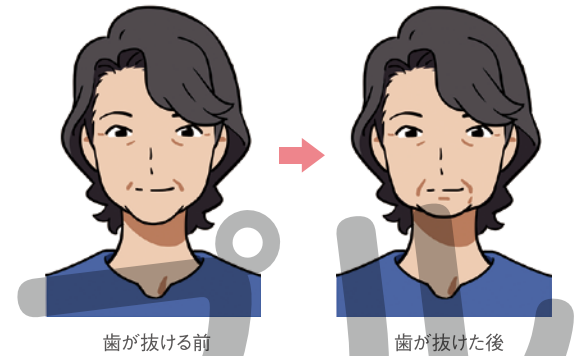
その③ 脳卒中・心筋こうそく・肺炎などの死亡リスクが高くなる。

歯の本数が減る事で、動脈硬化に関する病気や肺炎のリスクが高くなります。日本人の死亡率で心疾患は第2位、肺炎は第3位です。



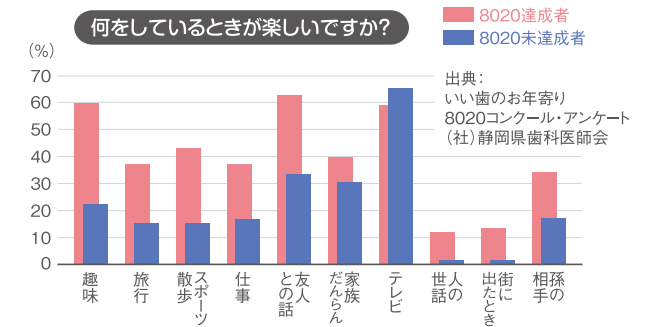
その② 唇や頬のシワが増えたりする。

歯がある事で唇や頬を内側から支えています。歯を多く失って、支えが無くなると老化とは別にシワが増えたりします。



その④ 生活の質が変わる。

80歳で20本の歯がある人とそうでない人を比べた場合で生活行動に違いが出ます。外にでるよりも、家にいる時間が増える傾向があります。

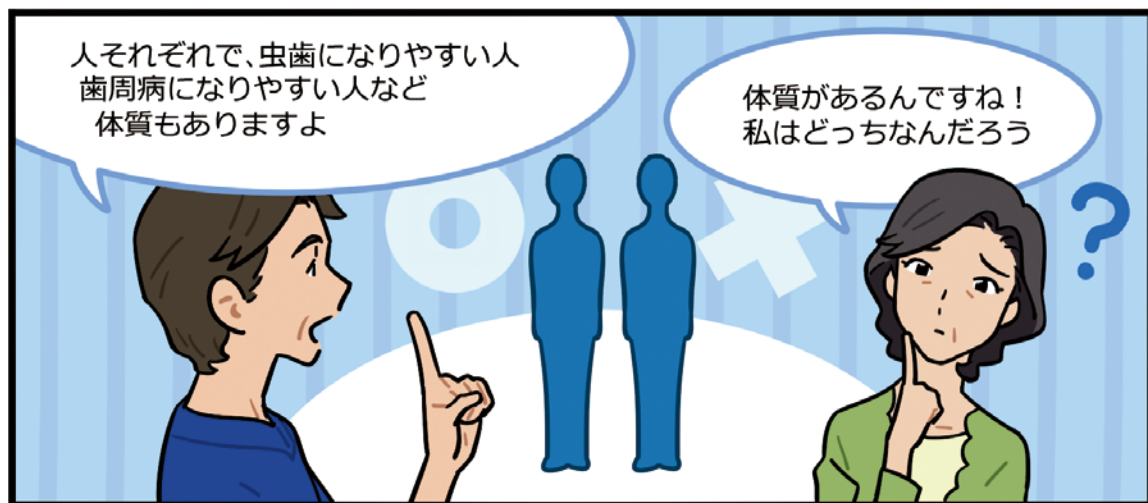
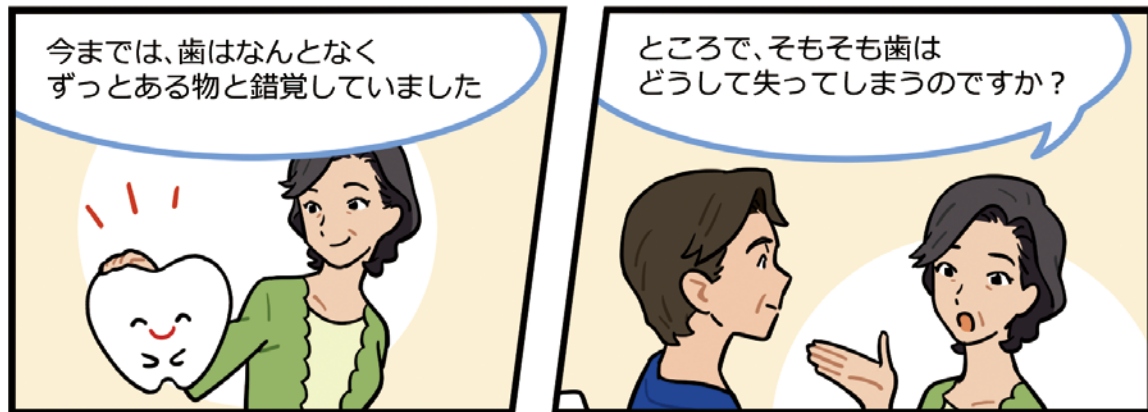


歯の本数が減ると、シワなどの見た目や病気など生活に関わる問題に影響が出ます。



3

歯を失う原因とあなたの体質は？

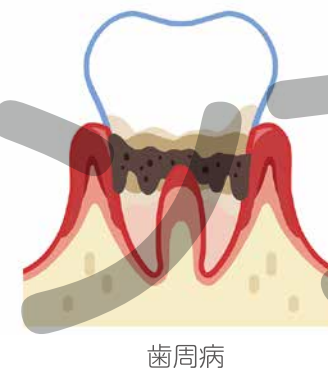
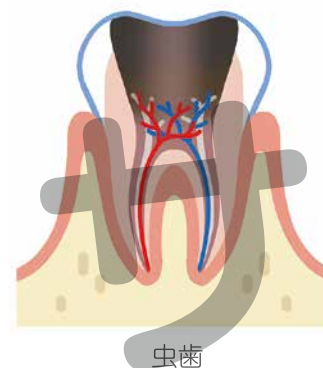


歯を失う原因とあなたの体質は？

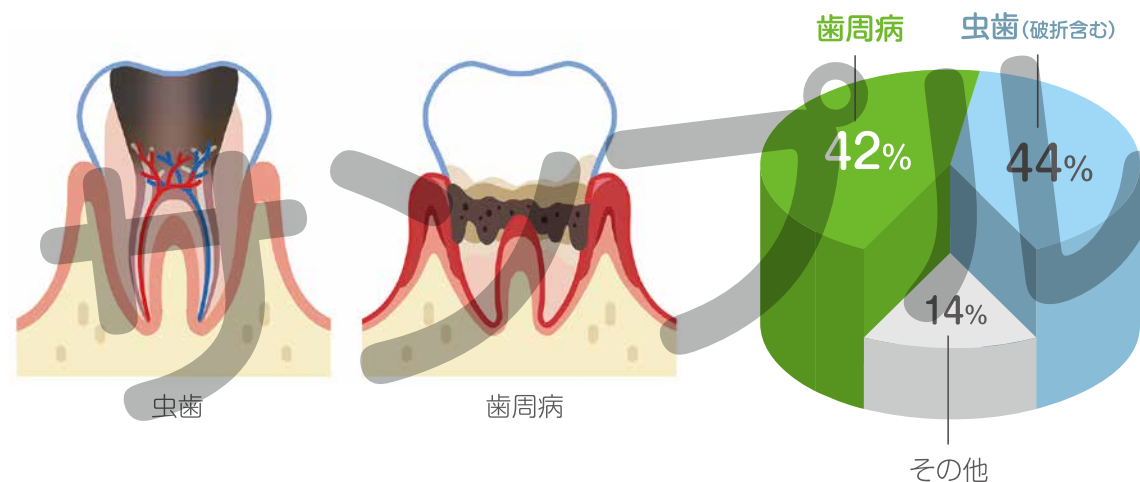
誰でも歯を失いたくないですよね。その為には、まず歯を失う原因から見ていきましょう。実は、歯を失う病気は基本的に2種類です。

1つは虫歯。もう1つは歯周病です。虫歯は、虫歯菌が出す酸によって歯が溶かされる病気です。症状としては痛みや穴が空いたりします。歯周病は、歯を支える骨や歯ぐきが溶けていく病気です。症状としては、歯ぐきが腫れたり膿が出たりします。この2つの病気で歯が抜ける原因の80%を占めています。では虫歯と歯周病の割合を比べると、ほとんど同じです。

● 虫歯と歯周病の違い



● 歯を失う原因の割合



人それぞれ体質が違う!?

ここで大切な事があります。日本全体の平均は、虫歯と歯周病で歯を失う割合は半々です。しかし、個人個人では違ってきます。

どういう事かと言うと、人によって虫歯で歯を失う傾向が強い人と歯周病で歯を失う傾向が強い人で分かれま

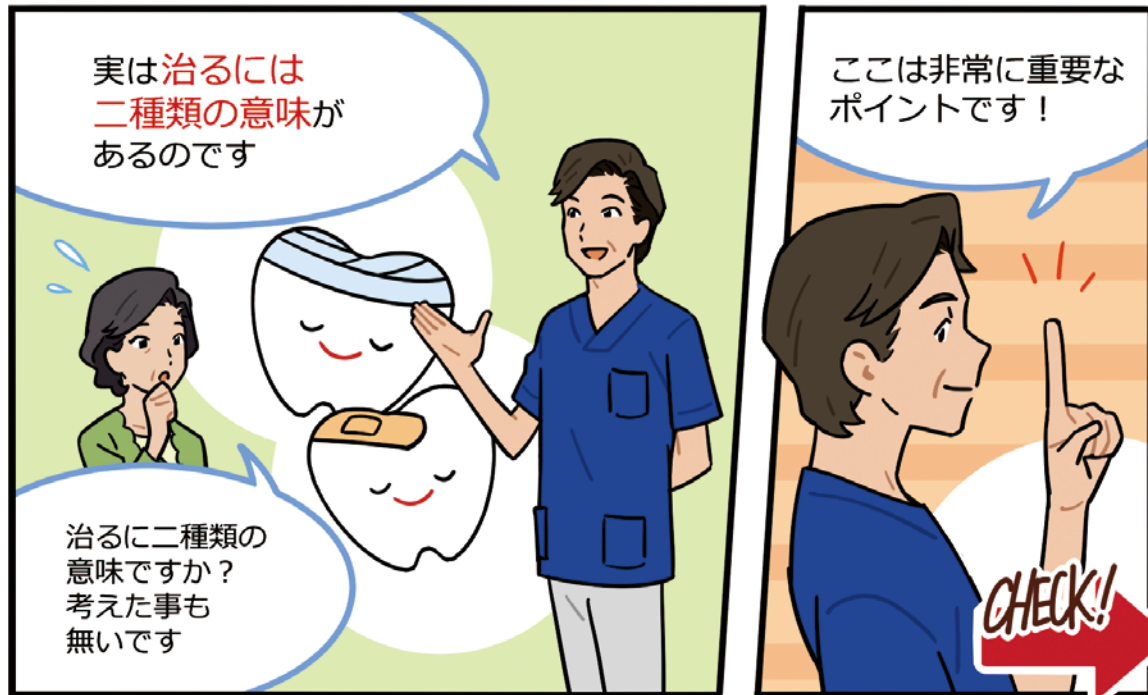
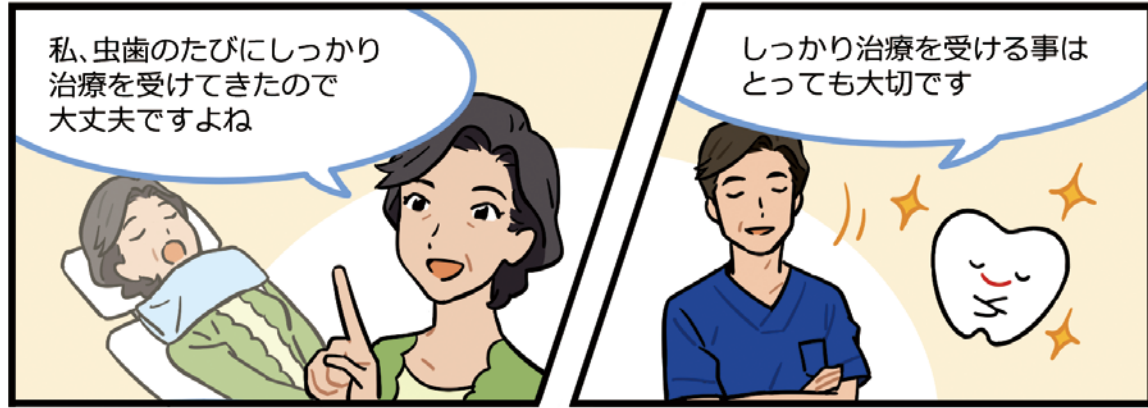
す。年齢や生活の習慣によっても抜ける原因が違ったりします。

人それぞれ、虫歯や歯周病のなりやすさが違うので注意が必要です。



4

治療を受けているけど、 どうして歯を失うの？

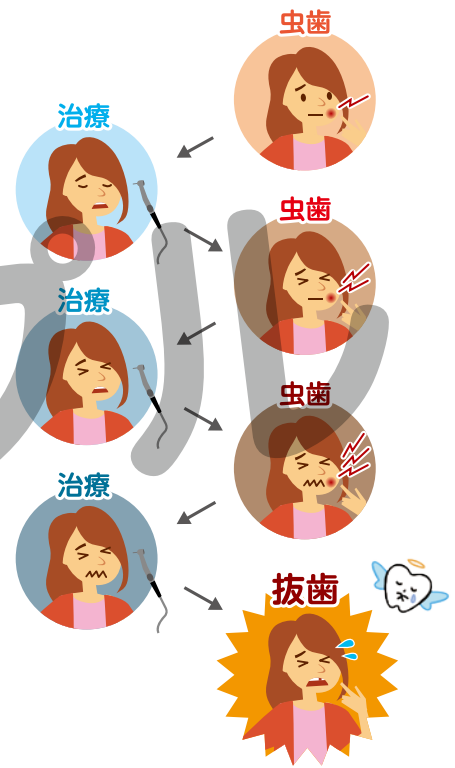
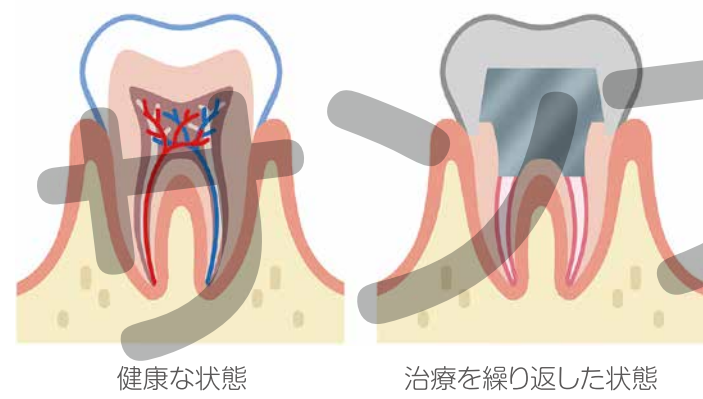


治るの2つの意味とは？

治るには2つの意味があります。1つは、治った時に完全に元に戻るケース。例えば、風邪が治った時は以前と同じ状態になってますよね。1つは、治ったけど完全に元には戻らないケース。例えば、ケガや何か病気で手術をして病気は良くなったけど、後遺症など何かを失ってる状態です。

実は、虫歯や歯周病は後者のケースです。虫歯治療は治ったと言っても、悪い部分を取って人工物に置き換えているのです。人工物に置き換えるのはいつか限界があり、その時が歯を抜く事になります。

●健康な歯と治療を繰り返した歯の違い



●虫歯と治療を繰り返すことによる歯に与える負担のイメージ

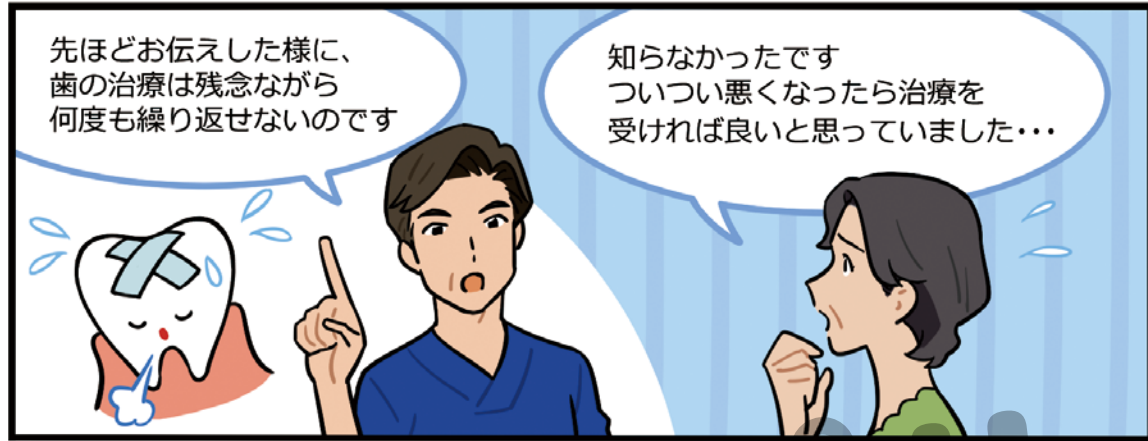


残念ながら虫歯治療は、人工物の置き換えであり元の健康な歯に戻っている訳ではないのです。



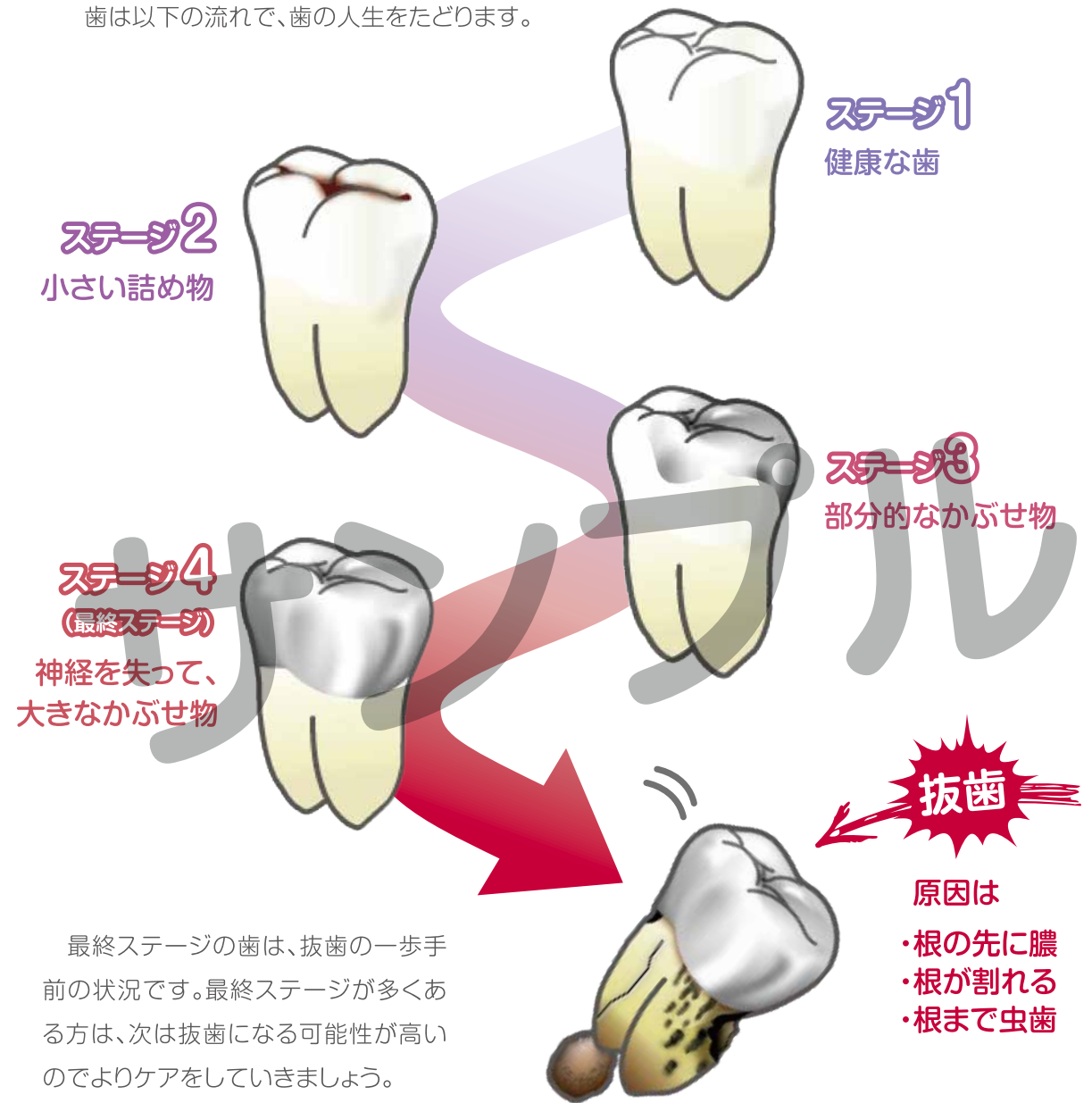
5

何度も治療は出来ないの?



歯の寿命とは?(虫歯)

歯は以下の流れで、歯の人生をたどります。



最終ステージの歯は、拔牙の一手手前の状況です。最終ステージが多くある方は、次は拔牙になる可能性が高いのでよりケアをしていきましょう。

最終ステージの歯が何本あるのか?を知りましょう。
大きな土台が入っている歯やブリッジの支えの歯は
特に危険度が高いです。



6 神経はなぜ大切なのか？



先生、歯の神経は大切と聞きますが
どうしてですか？

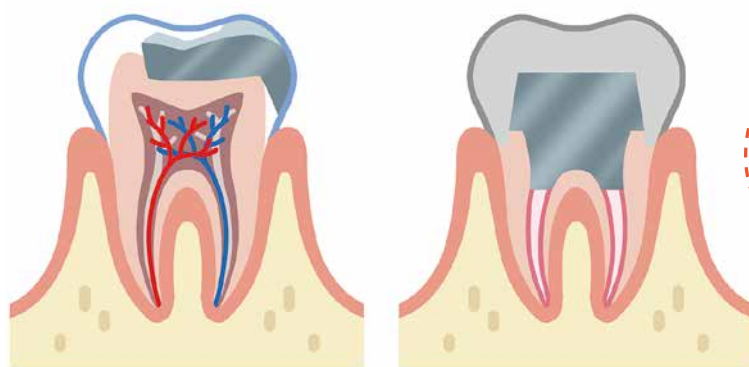
神経を失う4つのリスク

神経が大切なのは、様々なリスクがあるからです。

- その①: 歯の寿命の最終ステージになってしまう。
- その②: 歯が非常にもろくなる。
- その③: 痛みを感じないので、気付かない間に虫歯が進行しやすい。
- その④: 大きな目立つかぶせ物になる。

いろいろ理由がありますが、

1番大きな理由は、歯の寿命が一気に短くなるという事です。



神経があるので
小さい銀歯

神経が無いと
中も外も大きな銀歯

ズキズキしたり、
しみが強くなってからでは
神経を取る可能性が高いです。



7 神経を取った歯は最終ステージ？



神経を取った歯は、歯の寿命の
最終ステージなので注意が必要です。次に
トラブルが起こると抜歯の可能性が高いです。

神経を取った歯が抜歯になる3つの原因！

神経を取った歯は、歯の寿命の最終ステージです。抜歯になってしまう理由をお伝えします。

- その①: 毎日の咬む力である日突然、根が割れる。
- その②: かぶせ物の下で虫歯になり、根が腐ってしまう。
- その③: ばい菌が侵入して根の先の顎の骨が膿んでしまう。



根が折れる

根の先に膿

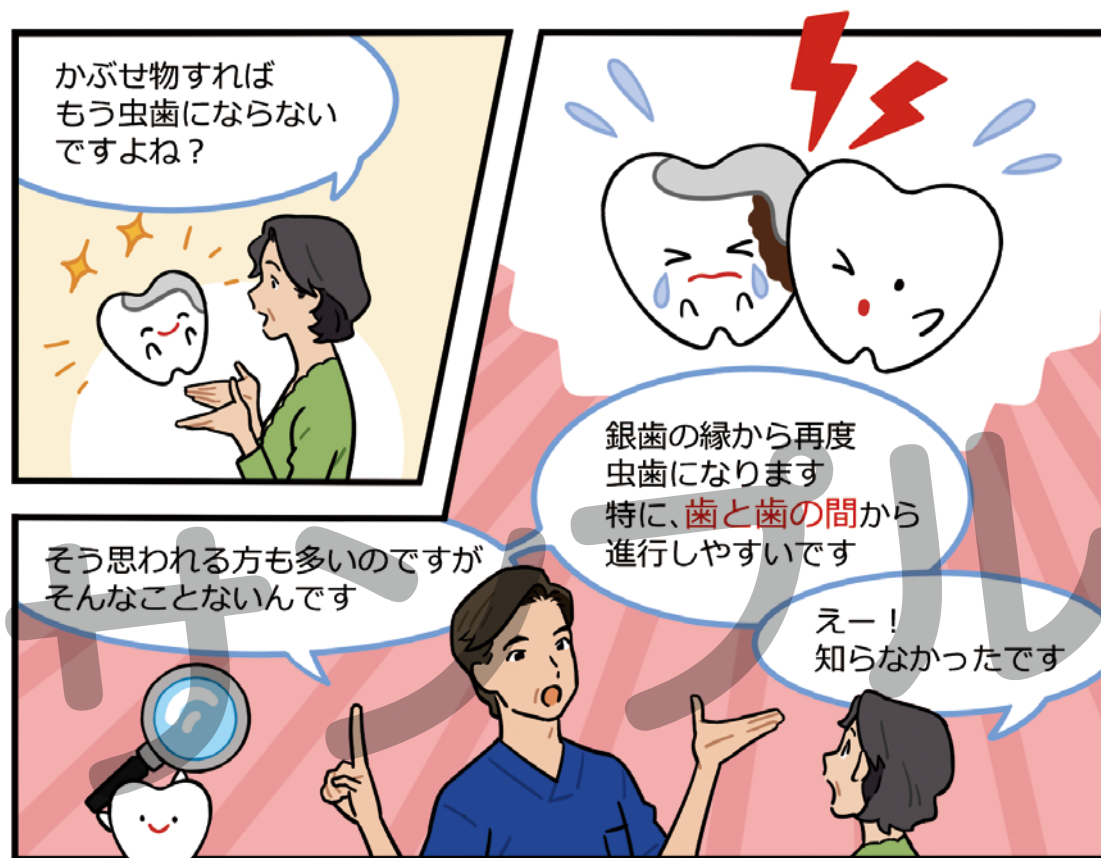
根が腐る

神経を取った後の、大きな銀歯(クラウン)の平均的
なもちは8年です。ほとんどが人工物に置き換えられて
いる状態なので、もう何度も治療を繰り返せません。
神経を取って痛みを感じないので虫歯が進行しても
ご自身で気づく事が無いので注意して下さい。

最終ステージの歯は、
抜歯の一手手前の
状態です。



8 かぶせ物や詰め物をしてても虫歯になる？



治療したあとの再度の虫歯とは？

かぶせ物や詰め物の縁は汚れが溜まりやすく、特に銀歯だとサビて内部に虫歯が進行しやすいです。歯と歯の間は汚れが溜まってるケースも多いので、最も再度虫歯になりやすい場所です。



歯と歯の間の汚れが
要注意です。
汚れが溜まっていると
歯の寿命を短くさせている
可能性が高いです。



9 歯の寿命をのばすヒミツとは？



ぜひ、今ある歯を大切にしたいので
歯の寿命をのばすヒミツをお伝えします。

ヒミツ① 歯と歯の間の汚れを
しっかり取る。

歯ブラシも大切ですが、歯と歯の間に汚れが残っている方が多いです。フロスや歯間ブラシを、しっかり行いましょう。特に銀歯は材質的にサビやすく、虫歯になやすいので注意して下さい。

ヒミツ② 治療の中断をしない。

治療の中断をすると状況が悪化して、歯の寿命が短くなります。将来残せる歯の本数に、とても大きく影響します。

ヒミツ③ 痛くない≠問題ない

痛くないから、問題が無いって事ではありません。痛くなってからの治療ですと、歯の寿命のステージが進行するケースが多いです。

ヒミツ④ 歯の定期健診
(メンテナンス)を受ける

早期にご自身の歯のトラブルに気づくのは難しいです。歯の定期健診を受けて、トラブルを減らす方向にシフトすると歯の寿命をとても長く延ばす事ができます。



自分の将来の為には、
今しっかり行動する事なんです。ね。
ぜひ歯をしっかり残せるように
トライします！

