

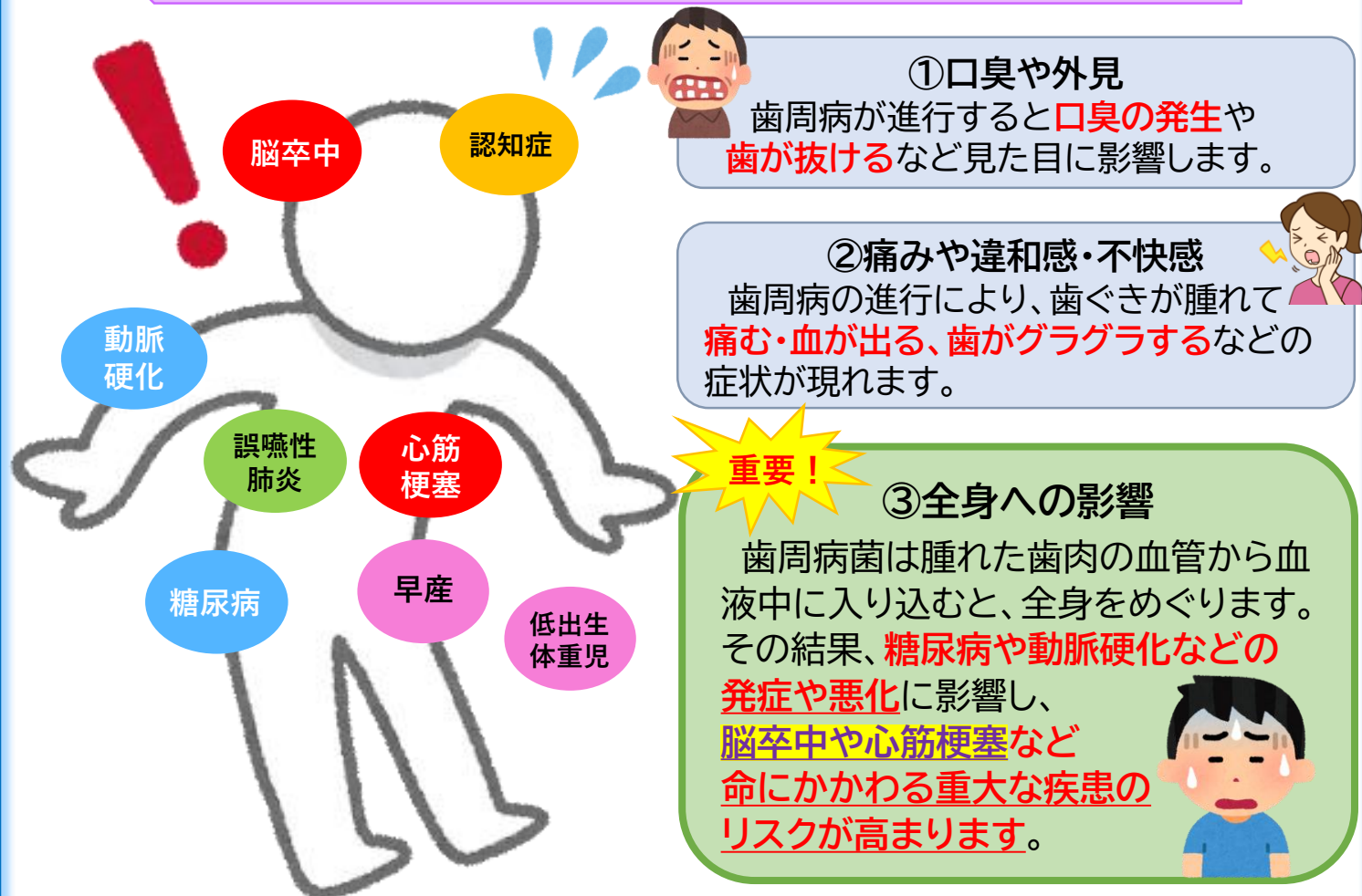
業績アップはお口から！！

～従業員の歯と口の健康を守る～

歯周病は歯周病菌の感染により、歯ぐきの腫れや出血など、歯肉に影響をひき起こし、やがては歯を支えている骨を溶かしていく病気のことです。**結果的に歯を失う原因**となります。

また、お口の中だけの問題ではなく、**全身疾患とも深い関わりがある**ことから、**仕事にも大きく影響してしまう可能性**があります。

歯周病が仕事に与える影響



お口のトラブルを無視しながら
仕事を続けることにより、
生産性が低下し、コストが増大します！



歯周病の初期には、痛みなどの
自覚症状がほとんどないので、
予防や早期発見・早期治療が重要です。



歯周病予防のためにできること

◎会社でできること

1) 歯の健康の環境づくり

- ・洗面所等に歯みがきを促す張り紙をする
- ・食事スペースによく噛むことを促す張り紙をする



2) 歯科健診の実施・受診勧奨

- ・職場健診に歯科健診を取り入れる
- ・市町村の歯周疾患検診の受診を勧める（40歳、50歳、60歳、70歳が対象
※R6年度からは20歳、30歳も対象に）

3) 口腔ケアセミナーの開催

- ・従業員が口腔ケアの重要性を学ぶことで、日常的な口腔ケアについての意識を高める

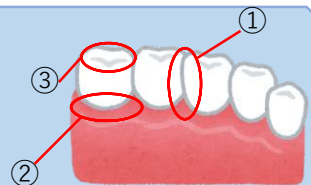
口腔ケアセミナーの開催について
保健所も協力できます！
気軽にご相談ください！！



◎個人でできること

1) 自分で毎日行うセルフケア

- 毎食後の丁寧な歯みがき
- ・①歯と歯の間、②歯と歯ぐきの境目、③奥歯のかみ合わせを念入りに
- ・夜寝る前は特に念入りに
- ・糸付きようじ（デンタルフロス）や歯間ブラシの使用



2) 歯科専門家が行うプロフェッショナルケア

- 定期的な歯科受診で歯のメンテナンス
 - ・歯みがき指導や歯石除去などの専門的ケア
- ※適切な歯科受診の間隔は人によって異なるので、まずは1度
歯科医師に診てもらいましょう。



3) 生活習慣を整える

- ・バランスの良い食事をよく噛んで食べる
- ・睡眠を十分にとる
- ・ストレスをためない
- ・禁煙・受動喫煙防止



歯周病予防で
健康と業績アップの両立を
目指しましょう！