



歯周病は**天気**とリンクしている！？

コロナウイルスの流行に伴い、ステイホームが浸透しましたが、梅雨に入り、おうち時間を過ごす日々がさらに増えそうですね。雨の日傘なげか歯や歯ぐきが痛んだことはありませんか？



慢性歯周炎の急性期の発生は気象変化から**1～3日後**に起こりやすい、ということが岡山大学の森田教授らの研究によってわかりました。

低気圧が通過してから**1～3日後**が要注意

これは歯周病菌などの菌に対する免疫反応を引き起こすのに**2～72時間**とされており、歯周病菌が歯周ポケットに侵入してから増殖して炎症を起こすまでの時間だと考えられます。

5年かけ患者約2万人を対象に調査したところ、気圧や気温の急激な変化が急性化の引き金になっていることが判明したのです。健康な歯にはほとんど起こらず、虫歯や歯周病のあるところから起こる症状です。



お天気を気にかけて**早めの予防措置**を



天気によって生じる慢性の痛み《片頭痛や肩こり、関節痛など》は**天気気痛**として注目されています。歯周病においては、日頃の口腔ケア、歯科衛生士による口腔ケアなど早めの予防措置を心がけましょう。

歯周病チェックリスト どれくらいあてはまりましたか？

<input type="checkbox"/>	 歯肉が赤くはれている	<input type="checkbox"/>	 グラグラする歯がある	<input type="checkbox"/>	 歯肉から血が出ることもある
<input type="checkbox"/>	 タバコを吸う	<input type="checkbox"/>	 歯が長くなった気がする	<input type="checkbox"/>	 生活が不規則になりがち
<input type="checkbox"/>	 口臭が気になる	<input type="checkbox"/>	 家族に歯周病の人がいる	<input type="checkbox"/>	 いかがでしたか？

