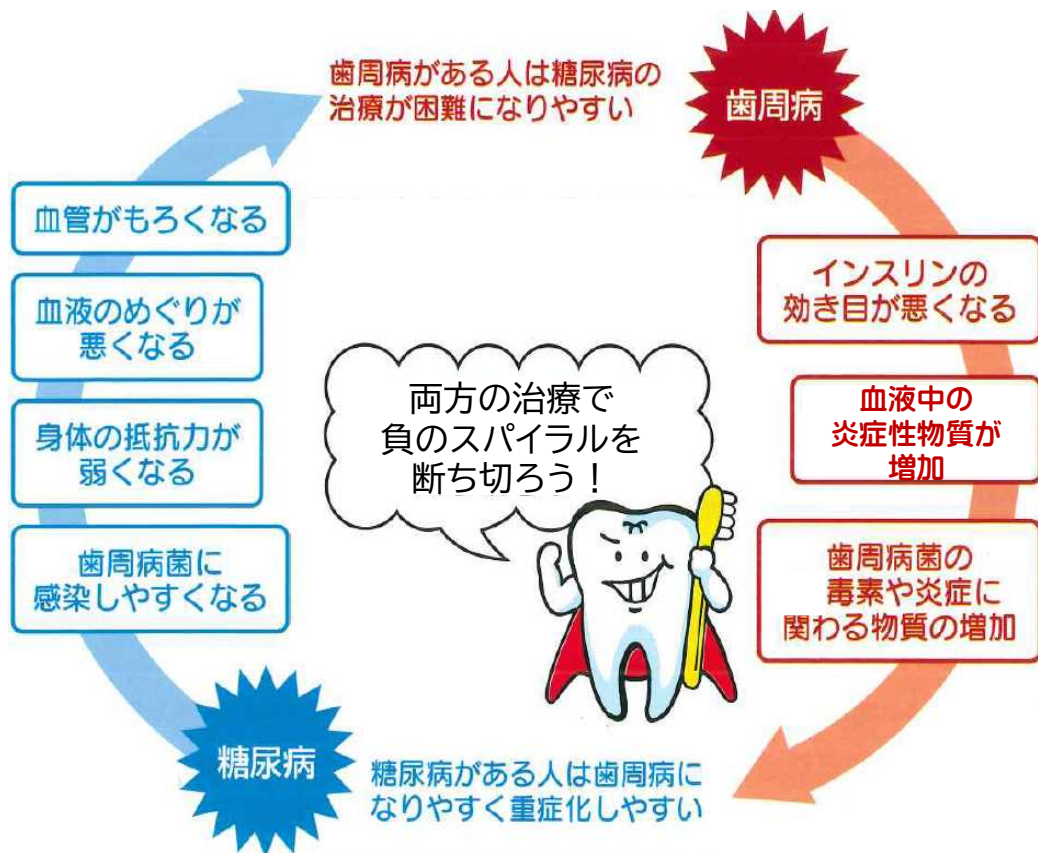


# 糖尿病と歯周病は、負のスパイラル

両方の病気の悪循環により、重症化する恐れがあります！



静岡県歯科医師会作成リーフレット改変

## 糖尿病

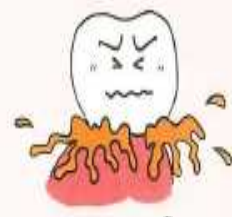
糖尿病は、血糖値を正常に保つインスリンの働きが悪くなり、血糖が高い状態が続くと発症します。放置すると血管の動脈硬化が進行し、合併症（網膜症、腎症、神経障害、脳卒中、心筋梗塞等）を発症します。さらに、重症化すると人工透析や失明、足の切断等を引き起こします。



## 歯周病

歯周病は、歯周病菌により、歯ぐきに炎症を起こし、放置すると歯を支える骨を溶かし、歯が抜けてしまう病気です。

歯周病菌は、歯ぐきから毛細血管に侵入し、動脈硬化を進行させ、糖尿病等の生活習慣病、認知症等にも影響を及ぼします。



糖尿病も歯周病も、はじめは症状がありません。かかっている、気づきにくいので注意が必要です。



## ★新型コロナウイルス感染症にも影響

糖尿病は、新型コロナウイルス感染症の重症化リスクとなります。

歯周病菌（ジンジバリス菌等）は、新型コロナウイルスの感染を助長します。

まずは、裏面のチェックをしてみよう



## 糖尿病 チェック

- なんだか疲れやすい
- 皮膚が乾燥しやすく、かゆいことがある
- 足がつったり、しびれたりする
- のどの渇きを感じる
- トイレが近くなった
- 目がかすむ
- ちょっとした傷が治りにくい

## 歯周病 チェック

- 朝起きた時に、口の中がネバネバする
- 歯みがきのときに出血する
- 硬いものがかみにくい
- 口臭が気になる
- 歯肉が、ときどき腫れる
- 歯肉が下がり、歯と歯の間にすきまができた
- 歯がグラグラする

### チェック なし

定期的に、チェックをし、  
自己管理をお願いします。

### チェック あり

かかりつけ医等  
に相談しましょう

市町の健康相談の利用や、  
薬局の薬剤師に相談もでき  
ます。

治療中の方は、

治療の継続を  
お願いします

他の病気が隠れている可性  
もあるので、ぜひ、健診・検診  
も受けてください。

# 健康診断・歯周病検診 を受けよう！

### 健康診断

お住いの市町や職場が、健康診断や特定健診  
の窓口です。案内が届いたら、受診してください。

### 歯周病検診

歯科診療所で、受け付けています。  
お住いの市町により、お得な受診券もあります。

2023年3月発行

## 健康づくりや歯周病検診に関するお問い合わせ先

お住まいの市町の健康づくり担当課へ

こちらから確認できます→

静岡県 健康づくり担当課

