

人生のライフサイクルと各ステージでの目標

🌸 マタニティステージ (マイナス1~2才)

- ・口腔内細菌叢の管理による早産や子供への細菌感染・低体重児の予防

🌸 キッズステージ (3~15才)

- ・ミュータンスレンサ球菌(虫歯菌)感染、増殖予防
- ・むし歯予防、歯並び管理等

🌸 ユーステージ (16~40才)

- ・歯周病菌の感染・発症予防
- ・ミュータンスレンサ球菌の子供への感染予防

🌸 ミドルステージ (40~70才)

- ・歯周病予防
- ・むし歯予防
- ・生活習慣病の予防
- ・筋力の確保(サルコペニアの防止)
- ・ミュータンスレンサ球菌のお孫さんへの感染予防

🌸 シニアステージ (70才~)

- ・口腔内最近の管理
- ・筋力の維持(フレイルの防止)

人生のライフサイクル全てのステージにおいて各ステージに合わせた予防が必要となります

キッズコースプログラム詳細

入会年齢：3~15才

入会特典：専用デンタルノートプレゼント

フッ素塗布無料♪(通常 1,500円)

ご希望の方に矯正相談無料にて実施♪

スコア(ポイント)が貯まるとプレゼント

レギュラーコース(初期費用 3,000円)

簡易唾液検査

歯ブラシ指導

専用の機械でのクリーニング

むし歯、歯肉炎、歯周炎、歯並びチェック

6~12カ月で定期的に検査をさせていただきます(別途 2,000円)

プレミアムコース(初期費用 8,000円)

精密唾液検査

歯ブラシ指導

食習慣チェック(2回目以降別途 2,000円)

専用の機械でのクリーニング

むし歯、歯肉炎、歯周炎、歯並びチェック

3カ月に1回歯ブラシ交換無料

6~12カ月で定期的に検査をさせていただきます(別途 5,000円)

1~6カ月の間で定期的に来院していただきます。

お口の状態に応じて来院の間隔に変動があります。

初期費用と定期的な検査代以外は、保険診療内で行わせていただきます。

コースに加入された方は、来院前に必ず歯磨きをしてからお越しくださいようお願いいたします。

歯の健康ステーション

—キッズコースのご案内



河越歯科医院

歯の健康ステーションって何？

歯の健康ステーションとは、歯の健康を維持するだけでなく健康寿命を延ばすためにお手伝いする場所(ステーション)のことです。

私達は歯が味覚や栄養あるいは言語を通じて健康要因として機能する一方で、口腔細菌が血流に入る菌血症の原因器官として健康を阻害する危険因子になっていることを知っており、それを防ぐために何をすべきか知っています。

そして、歯科医院はお子様からご年配の方まで、全ての年齢層の方々が定期的に訪れ、歯・口腔の健康を中心に栄養・運動・禁煙・節酒のアドバイスを行う環境が整っています。歯の健康を通じて全身が健康になるよう、また生涯元気で過ごせるようにお手伝いをさせていただきます。

(目標)

健康寿命を延ばす

歯原性菌血症と関連がある疾病リスクを減らす
現在の健康リスクを減らし、服薬の量を減らす

(対象)

健康な人

原因(細菌感染)はあるが、発症していない人
治療が完了してメンテナンスに移行している人
治療中ではあるが安定期に入っており、
メンテナンスで経過観察中の人

平均寿命と健康寿命の違いって何？

健康寿命とは元気で生活できる年齢のことです。医療の発達により日本人の平均寿命は年々延びてきています。しかし、健康寿命は平均寿命よりも短く、その差を縮めることで、元気に過ごせる時間を長くすることが大切になります。

| | (日本人の平均寿命) | (健康寿命) | |
|----|------------|---------|-----------|
| 男性 | 80.98 才 | 72.14 才 | = 8.86 才 |
| 女性 | 87.14 才 | 74.79 才 | = 12.35 才 |

(平成 28 年 3 月時点)

健康寿命を延ばすためには

生活習慣病を予防すること

健康寿命の最大の阻害要因は生活習慣病です。日常生活の中で栄養・運動・禁煙・節酒・歯の健康をしっかりと管理することが非常に重要です。
(厚生労働省健康日本 21)

寝たきりにならないこと

人は加齢が進むにしたがって徐々に心身の機能が低下し、日常生活活動や自立率の低下を経て、要介護の状態に陥っていきます(= 虚弱/フレイル)。フレイルは生活の質を落とすだけでなく、さまざまな合併症も引き起こす危険があります。従ってフレイルを先送りすることが重要となります。

歯科医院の役割

むし歯・歯周病の治療
歯並び矯正
むし歯・歯周病等の発症予防
被せ物・ブリッジ等補綴物作成



→ 全て生涯しっかりと咬めるために！

しっかりと咬めることは、フレイルを先送りするために大変重要です。咬めることにより、お肉(タンパク質)、野菜や果物(ビタミン)など大切な栄養を摂ることができます。しかし、入れ歯になると

自分の歯と同じように咬むことは大変難しく、麺類や粥(穀物)ゼリーなど柔らかく食べやすい物を摂るようになってしまいます。



しっかりと咬める人(低カロリーで高栄養)

タンパク質・ビタミン = 筋力維持

しっかりと咬めない人(高カロリーで低栄養)

タンパク質・ビタミン 穀物 = 筋力低下

そのため、しっかりと咬めるにはむし歯・歯周病を予防し、入れ歯にならないことが大切です。