

# 喫煙はお口の健康の大敵です



国民の

**50** %以上

が**歯周病**

※H28年歯科疾患実態調査

歯周病は、**口臭**や**歯の喪失**の原因となるだけでなく



**心筋梗塞**



**がん**



**糖尿病**



**認知症**

など全身の様々な病気に関連しています。  
予防や早期発見、早期治療が有効です。

## 喫煙すると歯周病になりやすい&治りにくい！

たばこの煙には、約**5,300**種類の化学物質が含まれており、血液循環の悪化などを引き起こします。そのため歯周病の原因となる細菌が繁殖しやすくなり、歯の健康にとって様々な悪影響が生じます。喫煙者が歯周病になる可能性は、非喫煙者と比べて**5**倍<sup>※1</sup>も高くなります。

### たばこの煙が口腔内へ与える悪影響

歯周組織の破壊

歯石がつきやすくなる

免疫力の低下

歯周病原菌の繁殖



血行障害

歯周病治療の効果が下がる

歯肉の腫れや出血が目立ちにくく、気付かない内に重症化する

## 受動喫煙で、周りの人も歯周病になる

本人がたばこを吸わなくても、ご家族がタバコを吸っていることで歯周病のリスクが増し、歯ぐきにメラニン色素が沈着しやすいとの報告もあります。

受動喫煙によって歯周病になる可能性は**3.3**倍<sup>※1</sup>高くなります。

## 禁煙に遅すぎることはありません



歯周病の予防や、治療効果向上には、禁煙が重要です。

たばこがやめられないのは、**依存**や**習慣**が複雑に絡み合っています。

禁煙外来を利用すると自力よりも**3~4**倍<sup>※2</sup>禁煙成功しやすいと言われています。



禁煙外来についてはこちら

歯周病の  
リスク低下

味覚の改善

口臭軽減

呼吸改善

医療費軽減

などメリットはたくさん！

