

# 歯科で保健指導をする目的

## ①歯周病治療+骨や歯肉(歯周組織)の再生を促す

実例(歯周病の治療+指導による栄養摂取で歯をささえる骨や歯肉が増えた)

**歯周病の治療 + 栄養摂取**  
**タンパク質**

魚1切れ(約70g) + 肉1切れ(約70g) + 卵1個 + 大豆・豆類60g (納豆1パック・豆腐1/5丁) + 乳・乳製品200g

**歯周組織再生に必要なビタミン**

食品例: バナナ, あさり, レモン, ほうれん草

治療前 → 治療後6ヶ月

## ②咀嚼機能の改善(虫歯の治療や補綴)による栄養状態(体組成・代謝機能)の向上

実例(歯科治療による咀嚼機能の改善と保健指導による体組成の改善)

項目	介入前	介入後	好ましい変化が認められた項目
咀嚼機能値(mg/dl)	26	149	*
BMI	24.7	23.2	*
体重(kg)	49.9	46.1	*
基礎代謝基準値(kcal/kg/日)	19.8	23.6	*
体脂肪率(%)	31.7	27.9	*
内臓脂肪レベル	6	4	*
収縮期/拡張期血圧(mmHg)	143/80	135/78	*

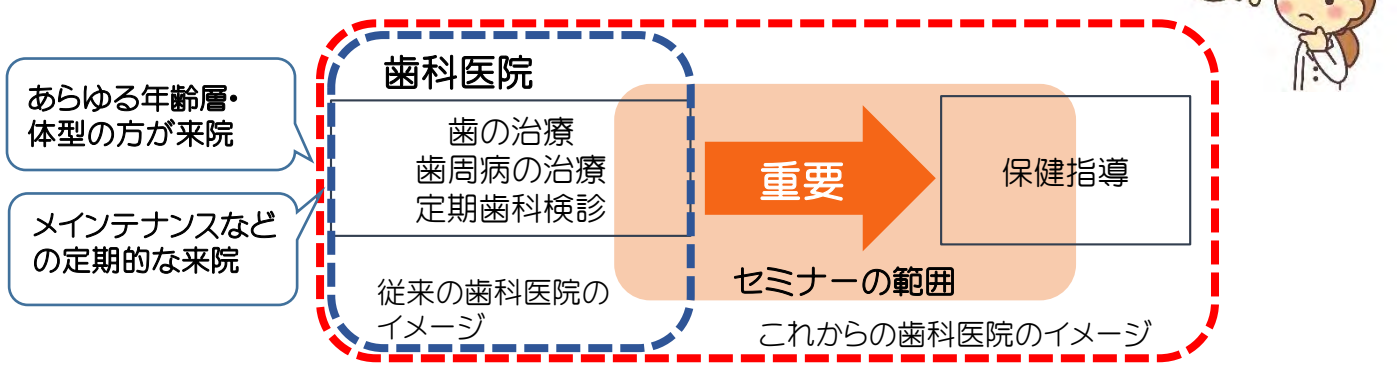
歯科治療 → 保健指導

噛めない歯 → 噛める歯

➡ ①と②のために歯科治療+必要な栄養の摂取等保健指導が必要

※詳しくは「噛む・食べる機能と抗加齢・老化予防の関係」と「3カ月に1回お口の定期メンテナンスをもっと知ろう」参照

どうすれば、歯科治療の効果を健康増進に活かせるか？



歯のパノラマ(レントゲン)写真など歯科医院には保健指導につながるねたまたはツール(ビジュアルファイルや冊子)がいっぱいあります。

