

# 歯と口の健康の新常識

監修

東京科学大学 名誉教授  
川口 陽子

## 大人のむし歯

近年、オーラルケアへの関心が高まっています。  
お口の健康のトレンドを押さえて、健康常識をブラッシュアップ!

### 大人のむし歯も歯を失う原因に

むし歯は子どもの病気だと思われていますが、実は大人にも多くみられます。20歳以上でむし歯を経験した人は9割を超えており、**40歳以上の約4割はむし歯が原因で歯を失っています**。大人のむし歯は子どものむし歯とは違い、鋭い痛みがなくゆっくり進行します。気づいたときには悪化していることが多いので**早期発見が大切です**。

### 大人によくみられるむし歯の特徴

#### ①以前にむし歯の治療をした歯(二次むし歯)

過去のむし歯治療によって歯に詰め物をしている人は多いですが、年月とともに詰め物は劣化していきます。すると、**歯と詰め物の間にすき間や段差ができ、そこから細菌が侵入してむし歯になる場合があります(二次むし歯)**。特に、治療で神経を抜いた歯では痛みを感じにくく、発見が遅れることもあります。

#### ②歯肉が下がった歯の根元

加齢や歯周病によって歯肉が下がると歯の根元が露出してきます。歯の根元の表面は他の部分より柔らかいため、歯みがきを丁寧にしないで不潔にしていると**むし歯が発生しやすく、進行も早くなるので注意が必要です**。

そのほか、子どもの場合と同様に、歯と歯の間や噛む面の溝など歯垢(プラーク)が残しやすい場所もむし歯になりやすいので、気をつけましょう。

#### ■大人むし歯の要注意箇所



### 痛くなる前に歯科健診

大人のむし歯は自覚症状が少なく発見が遅れがちです。**毎日のセルフケア(歯みがき)をしっかり行うだけでなく、早期発見のために定期的な歯科健診(3~6か月に一回)の受診を習慣づけましょう。**

無料

## 歯科健診のご案内

### 提携歯科医院も増えて、さらに充実度アップ!

今年度も被保険者および被扶養者の方を対象とした「無料歯科健診」を実施いたします。お近くの医院が選択可能で、しかもお好みの時間・メニューを選んで受けることができます。むし歯や歯周病の早期発見のためにも是非ご利用ください。



**対象** 被保険者および被扶養者

**受診費用** 無料(年に2回(6か月に1回)受診できます)

**受診場所** 歯科健診センターが提携する全国の歯科医院  
(歯科健診センターのホームページでご確認ください)

お申し込みは「歯科健診センター」まで

詳細は健保ホームページをご覧ください

● Webサイト <https://www.ee-kenshin.com/>

● スマホサイト <https://www.ee-kenshin.com/sp/>