# 定期健診とメンテナンスの重要性

## 定期健診に勝るものなし

### 歯の寿命を延ばす事ができます！

右上図は、国を挙げて予防歯科を推進しているスウェーデン人と、痛くなったときだけ歯医者に行く人が多い日本人の歯の本数を比べたグラフです。
歯の本数が少なくなると、ご飯が美味しく食べられないだけでなく、誤嚥性肺炎、認知症、脳卒中等に罹患しやすくなるなど、全身の健康にも影響し、医科の医療費も高くなることが報告されています。
むし歯・歯周病は一度治療しても、メンテナンスを行わないと再発し、最後は抜歯になります。良い状態を維持するためにはメンテナンスを行い、再発した場合は早期発見早期治療をする事で、歯の寿命を延ばす事ができます。

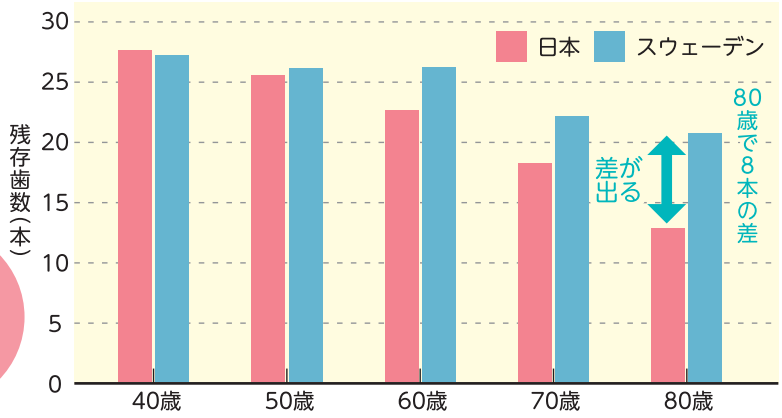
## 中断のリスク

### 放置すると抜歯になってしまうことも

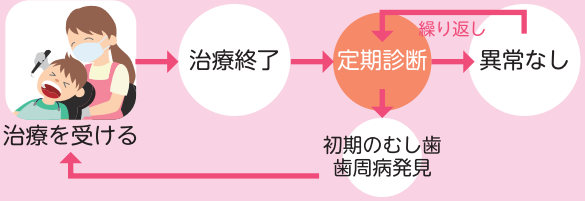
治療が必要な歯の本数が多いほど、また、むし歯・歯周病が進行しているほど、治療が複雑で難しくなるため、通院回数が多くなります。
通院途中で中断してしまいがちですが、中断すると今より悪化するため、後日治療を再開した際の通院期間が長くなるだけでなく、歯の寿命を縮めてしまうリスクがあります。
できてしまったむし歯の治療は根気よく終わらせましょう。

歯の本数が少ないと
全身疾患を発症する
リスクが高くなる

## 日本とスウェーデンの残存歯数の平均（年代別）

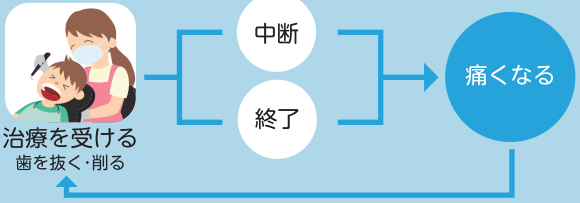


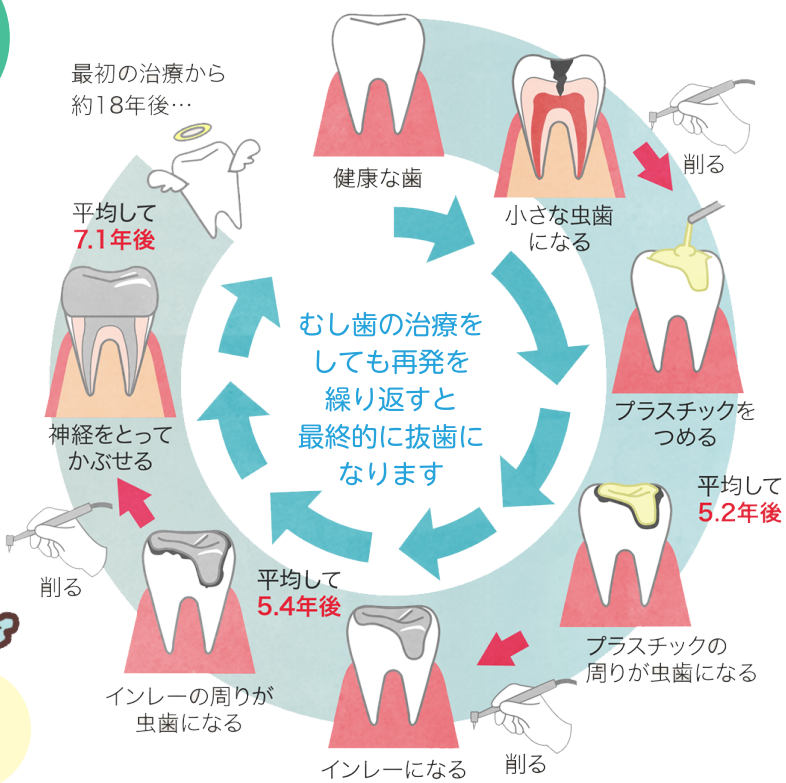

## ○ 良いサイクル




通院回数・治療費が少なくて済む
健康な歯を維持できる

## ✕ 悪いサイクル




通院回数・治療費が多くなる 歯を失う可能性が高い

## 治療のサイクル