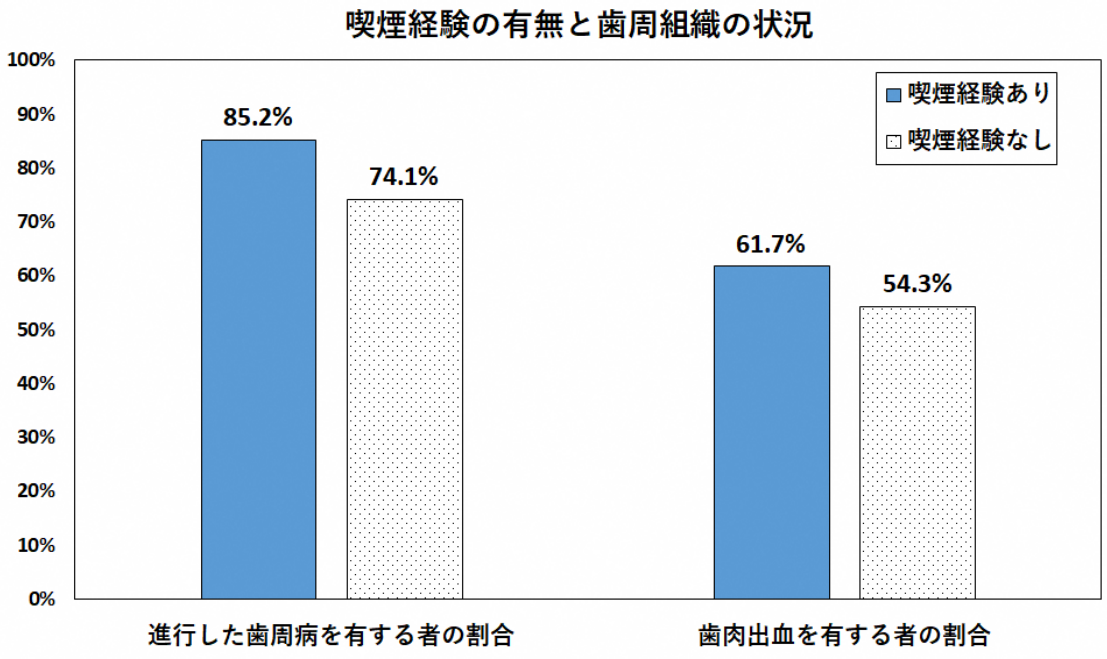
喫煙する人は、歯肉炎および歯周病になりやすい

北海道釧路保健所では、平成 30 年度から釧路地域の成人の生活習慣と歯の健康との関連性を調査しております。

令和 2 年度の調査では、喫煙経験のある人は、喫煙経験のない人に比べて、進行した歯周病（4mm 以上の歯周ポケット）および歯肉炎を有することが多いことがわかりました（40～70 歳の 162 人を分析）。

歯肉炎や歯周病は口臭の原因ともなりますし、歯周病は歯を失う大きな要因です。歯を失うと、食事が炭水化物や脂質といった柔らかい物に偏りがちなり、栄養バランスに支障をきたします。

喫煙されている方は、お口の健康を見直してみませんか！！



注）進行した歯周病とは、4mm 以上の歯周ポケットがあることです。

＜出典＞2019 年度釧路地域の成人歯科保健における地域診断報告書：北海道釧路保健所