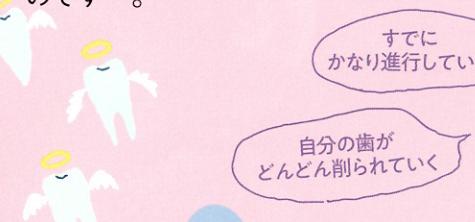


# 80歳になったとき あなたの歯は何本 残っているでしょうか？

好きなものをよく噛んでたべる。楽しくしゃべり、たくさん笑う。そんな当たり前と思っていることも、健康な歯と口だからこそできることです。  
もしもその歯がなくなってしまったら…  
あなたの生活はどうなってしまうでしょうか？  
歯周病やむし歯で歯を失ってから慌てても遅いのです…。



## こんな未来が待っています

- 発音が悪くなる
- 顔がゆがむ
- 噛む力が低下する
- 糖尿病など…



## BAD END



## 歯をなくさないために できること

まずはきちんとした歯磨きと、定期健診でむし歯や歯周病を見つけて、早期に治療を受けることが重要です。治療が終わっても定期健診とクリーニングは続けましょう。インプラントやブリッジなど人工の歯を入れている方は継続したメンテナンスを受けることが重要になります。歳を取っても20本以上の歯が健康な状態に保たれ、しっかり噛むことができれば“脳への血液量が増える”“骨の老化防止につながる”など全身の健康にいい影響を及ぼし、自立した生活が実現します。

いつまでも“自分の歯で食事が摂れる”ということが豊かな生活への第一歩です。