

ご存知ですか？ オーラルフレイルと口腔機能低下症

「オーラルフレイル」とは

加齢に伴って筋力や心身の活力が低下した状態を「フレイル」といいます。かつては「虚弱」とも言われていました。要介護の一手手前の状態であり、近年、転倒・骨折などの大きな要因として注目されています。特に口腔の虚弱状態を「オーラルフレイル」といいます。おもに「口まわりの筋力が衰えることにより、滑舌や食べものをかんだり飲みこんだりする力が低下します。オーラルフレイルにより口腔機能が低下すると、滑舌が悪くなったり、食べこぼしや噛めない食品が増えたりと、症状が徐々に現れます。歯科診療所でいくつかの詳細な検査を行うことで、結果により口腔機能低下症と診断されます。

歯科検診に行きましょう

むし歯や歯周病はオーラルフレイルの原因となります。むし歯や歯周病を予防するためには、毎日の自身でのケアと、定期的な歯科検診が必要です。歯やお口の健康を保つことは、おいしく食事ができるのももちろんのこと、体の健康維持にとっても大事なことです。11月7、8日は「いいな、いい歯」の日です。自身のお口のことに関心を持ち、お口の状態はどうなのか、正しいケアの仕方がわからないなど気になることを歯科検診で相談してみましょう。



デンタルフェアを開催します

粕屋歯科医師会は活動の1つとして、デンタルフェアを開催しています。今年は久山町での開催です。子どもから大人まで全世代の人が、見て楽しい、聞いて楽しい、参加して楽しいたくさんの企画をご用意しています。舌圧測定、そしゃく力測定など口腔機能検査も受けられます。予約申込は不要です。興味のある人はぜひご参加ください。

- 日時** 11月12日(日)午前9時30分～正午
場所 久山町ヘルスC&Cセンター(久山町久原1822-1)
参加費 無料
内容 口腔機能検査、口腔がん検診、お口の無料検診・相談、ブラッシング指導、良い歯の表彰、ちびっこ技工士さんになろう(先着順)、手のレプリカ作成(先着順)、フッ化物洗口などの体験コーナー、美肌水分測定、脳年齢測定、お薬相談、ベジチェック



▲手のレプリカ作成の様子

問い合わせ先 一般社団法人 粕屋歯科医師会 ☎712-1764 FAX 741-9977