

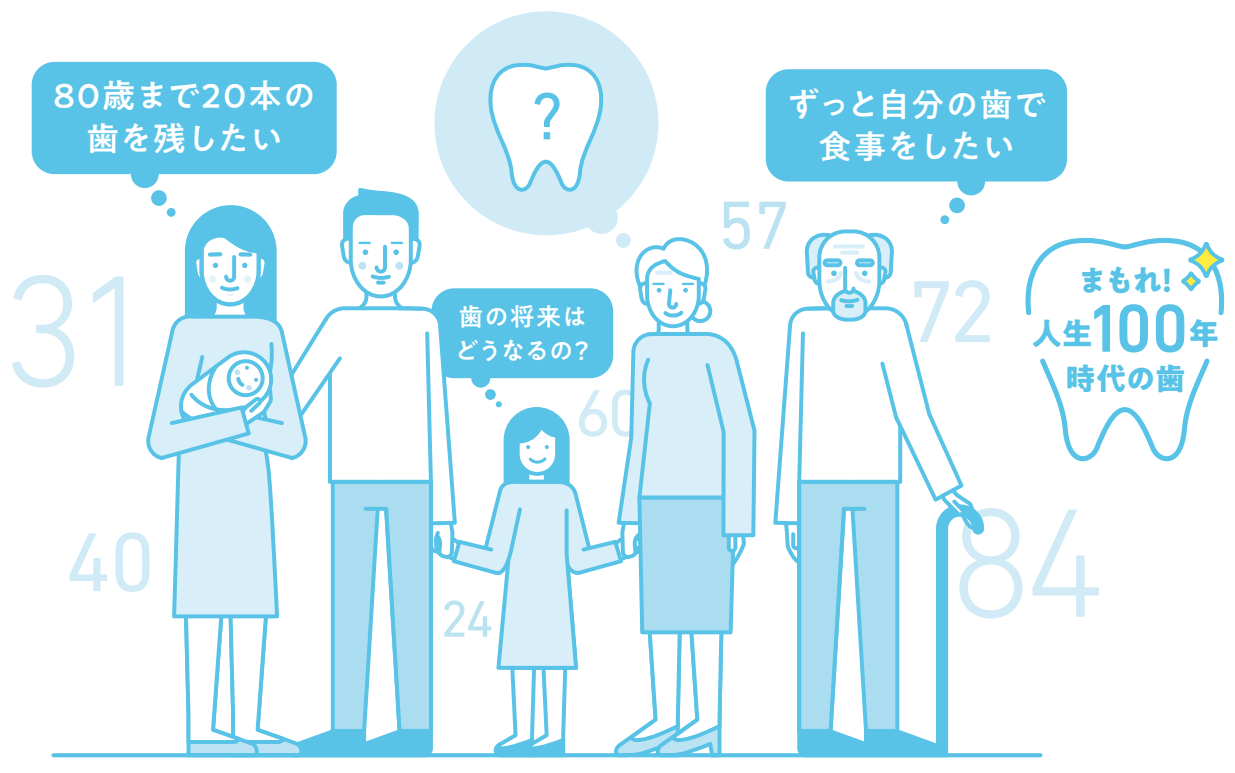
# 私の歯の年齢は何歳だろう？

○田 △子

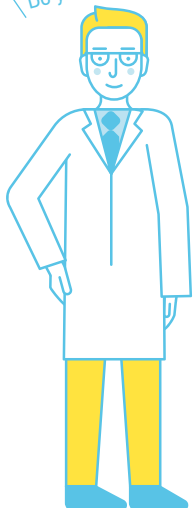
様

診断日 2021年5月4日

## 歯の年齢診断プロの結果



Do you know?!



### 歯の年齢を知っていますか？

『歯の年齢?そんなの教えてもらったことがない』  
と思われるのではないのでしょうか。  
ただ誰でもご自身の歯のレベルを、  
客観的に知りたい気持ちはあると思います。  
それを可能にしたのが歯の年齢診断プロです。  
歯の寿命をのばすためには、  
まずは今の歯の状態を知ることが第一歩です。



歯の年齢  
診断プロの  
結果はウェブでも  
見られます。

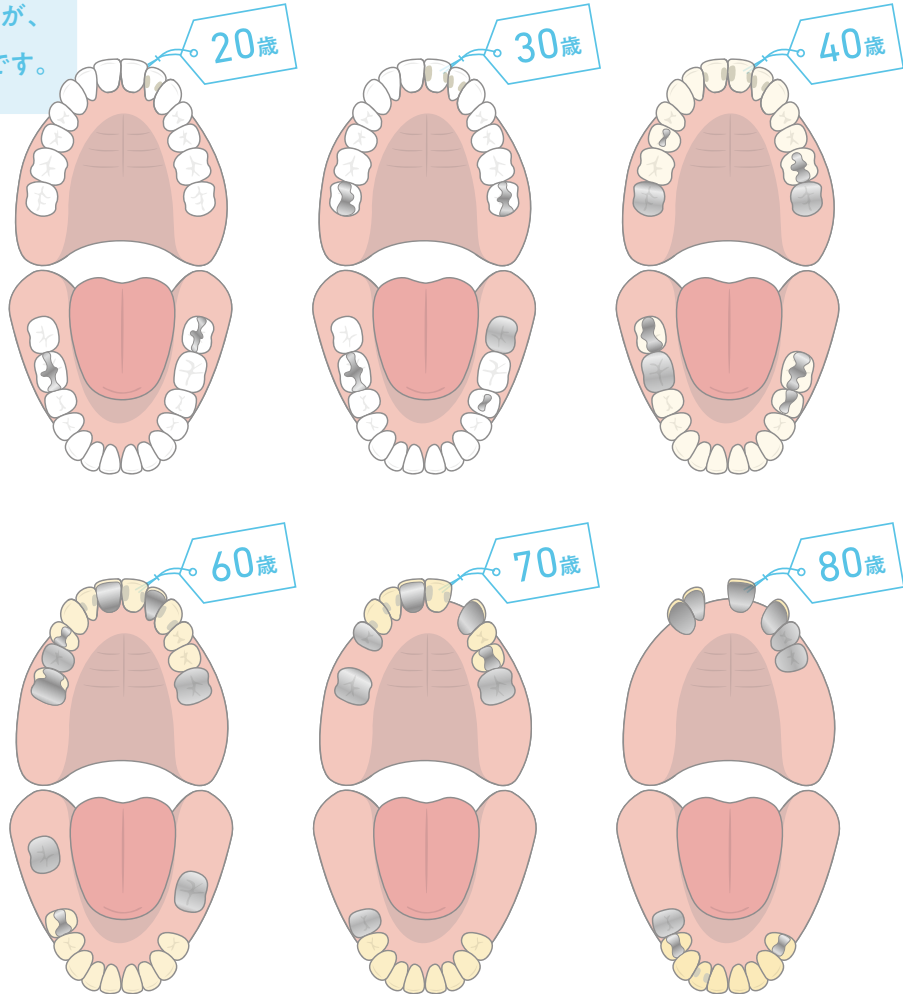
・日本初

※閲覧期間は、診断日より3ヶ月となっております。

# 年齢による歯の状態とは？

Condition of the teeth depending on age

想像できないかもしれませんが、  
年齢別の歯の状態がこちらです。



※厚生労働省の歯科疾患実態調査のデータを参考に製作



80歳で約半分となります。奥歯は早く失われて、下の前歯が残るのが一般的です。

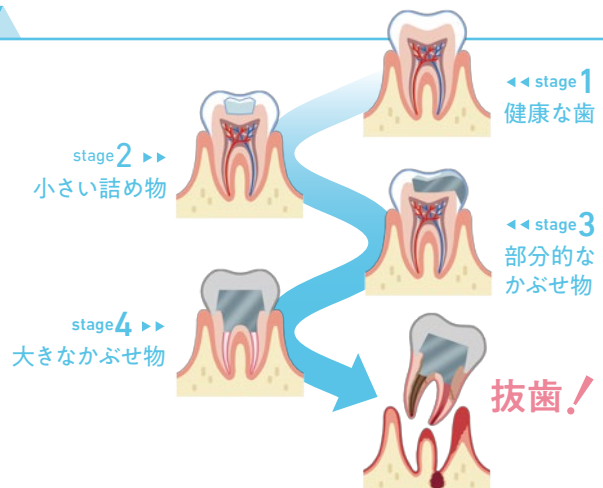
## 歯の寿命のステージ

歯の寿命のステージを見ると分かるように、健康な歯から徐々に人工物が大きくなって、最後には抜歯となってしまうのです。

※この流れ以外でも抜歯になる場合があります。



ステージ4は抜歯の一手手前なので、特に注意が必要です。

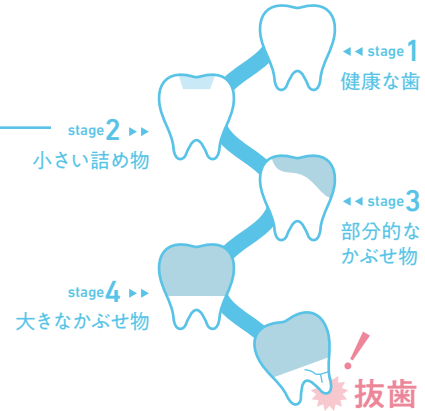
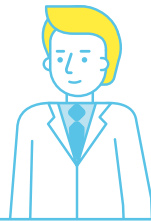


歯の寿命進行レベルとは、歯の状態を数値化したものです。日本の平均と比較することで、あなたの歯の年齢が分かります。また80歳で20本の歯を残すことを目標とした理想とも比較ができます。厚生労働省と日本歯科医師会では「80歳になっても自分の歯を20本以上保とう」という8020運動を推進しています。

※日本の平均は厚生労働省が行う歯科疾患実態調査の結果を基にしております。

## あなたの点数は？

各ステージに何本の歯があるかで、歯の寿命進行レベルが分かります。



## あなたの今の歯の状態

	健康な歯(ステージ1)	16本	×	0点	=	0点
	詰め物や小さいかぶせ物の歯(ステージ2・3)	7本	×	1点	=	7点 <b>A</b>
	全部のかぶせ物の歯(ステージ4)	4本	×	2点	=	8点 <b>B</b>
	抜けた歯(抜歯)	1本	×	3.5点	=	3.5点 <b>C</b>

**A** 7 + **B** 8 + **C** 3.5 + 基礎点 2点 = **D** 20.5

※親知らずは全ての項目で除外です。 ※歯列矯正での抜歯や永久歯が生えず、乳歯が代用している場合は抜けた歯の本数に含めない。 ※予防処置のシーラントは詰め物に含めない。 ※健康な歯でも歯周病などのこともあります。 ※診断対象は20~80歳となります。 ※最大値は100点です。

診断日 2021年5月4日

医院名 歯太郎の歯科医院

あなたの歯の  
寿命進行レベルは

**20.5**  
点

※全ての歯が失われると最大の100点となります。  
すべて健康な歯の場合は基礎点の2点だけです。

日本の平均・理想目標と比べて  
どれくらい差があるのか確認して  
いきましょう。



実年齢と歯の年齢の差は？

next

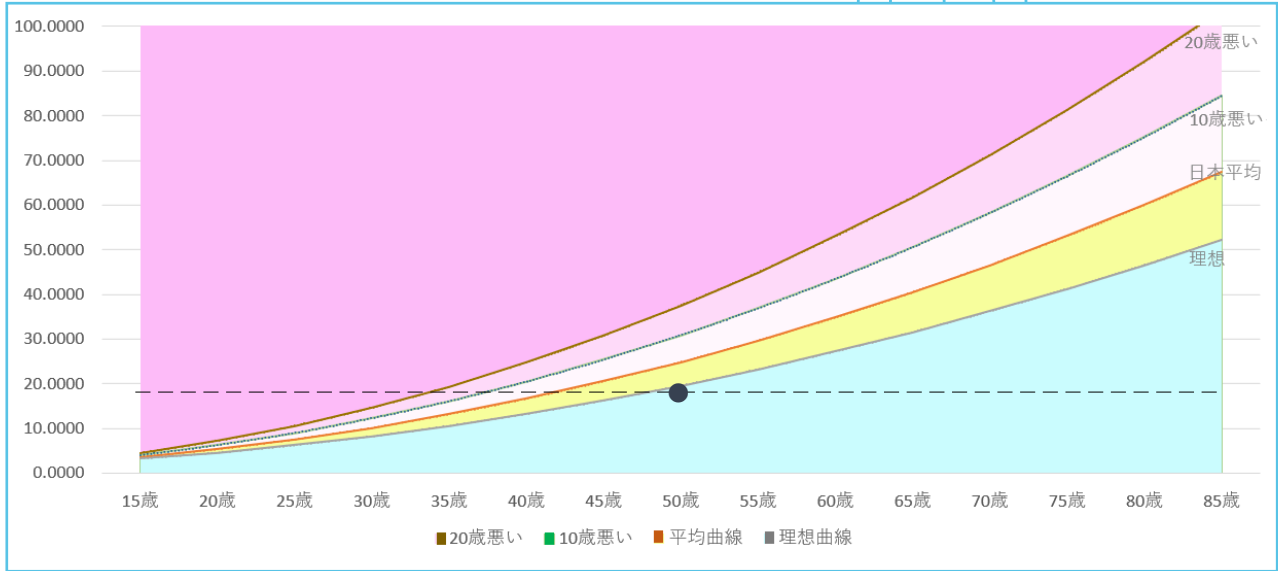
# 実年齢と歯の年齢の差は？

🔍 Difference between actual age and the age of the teeth

あなたの歯の寿命進行レベルがグラフ上で分かります。日本の平均や理想目標と比べてみましょう。理想目標は、80歳で20本を目指すための年齢ごとの目標数値です。



## ●歯の寿命進行レベルのグラフ



※10年(20年)悪いのグラフは、80歳で平均の90歳(100歳)の状態になってしまう推移です。

## ●年齢別の早見表(歯の寿命進行レベル)

年齢	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80
日本の平均	5.4	7.6	10.2	13.2	16.7	20.6	24.9	29.7	34.9	40.5	46.6	53.1	60.0
理想目標	4.6	6.3	8.3	10.6	13.3	16.3	19.6	23.3	27.3	31.6	36.3	41.3	46.6

あなたの歯の  
寿命進行レベルは

**D**  
**20.5** 点

※表の平均と理想の単位は歯の寿命進行レベルの点です。



### 比較結果

あなたの  
歯の年齢は

# 44

歳

実年齢より **-6** 歳 です。

理想目標より **+1** 歳 です。

良い状態は  
マイナスとなり、  
悪い状態は  
プラスとなります。

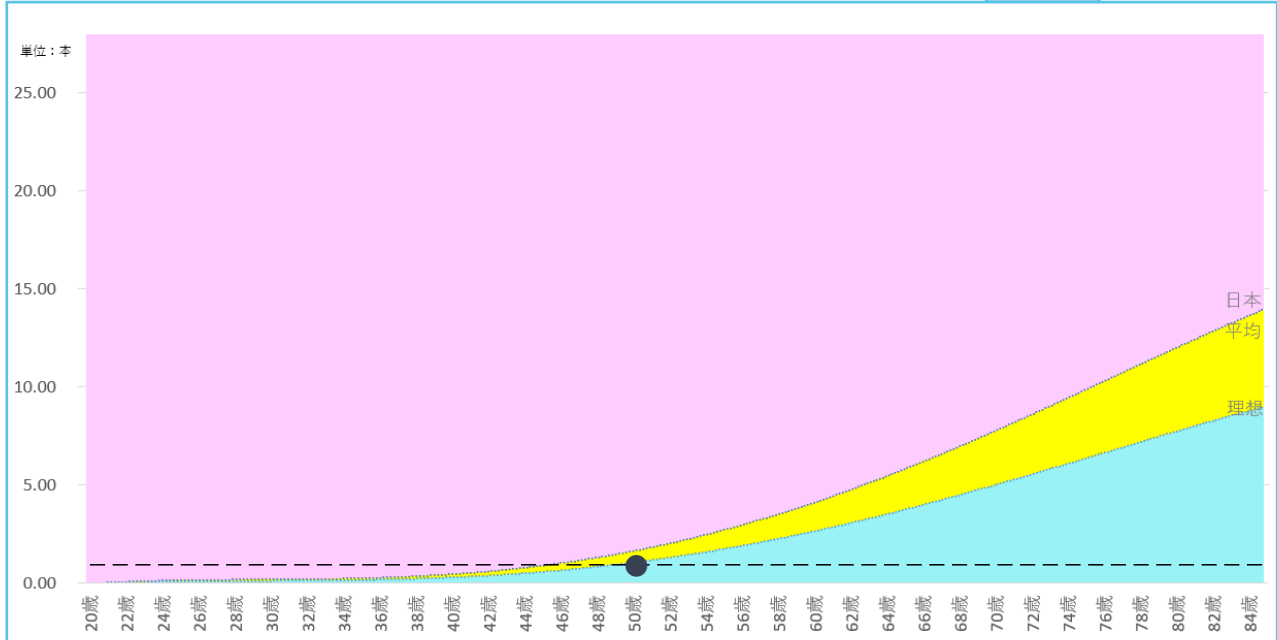


- ※歯の年齢は日本人の平均値から算出しております。
- ※理想目標は80歳達成曲線との年齢差です。
- ※歯周病などお口の全ての問題が加味されている訳ではありません。
- ※理想目標より数値が低くても、抜歯に本数が偏れば80歳を達成できないケースもあります。

失った歯の本数でも、日本の平均や理想目標と比べて見ましょう。  
理想目標は80歳で20本以上の歯を目指したグラフです。(8020)



## ●抜けた歯と80歳20本の目標グラフ



## ●年齢別の早見表(抜歯本数)

年齢	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80
日本の平均	0	0.1	0.2	0.2	0.4	0.9	1.6	2.7	4.0	5.7	7.7	9.7	11.9
理想目標	0	0.1	0.1	0.2	0.3	0.6	1.0	1.7	2.6	3.7	5.0	6.3	7.7

あなたの失った歯

1 本

※表の平均と理想の単位は抜歯本数です。 ※平均で20本以上を維持している最大年齢は70歳です。理想目標は70歳の数値7.7を80歳に設定し算出しています。



良い状態は  
マイナスとなり、  
悪い状態は  
プラスとなります。

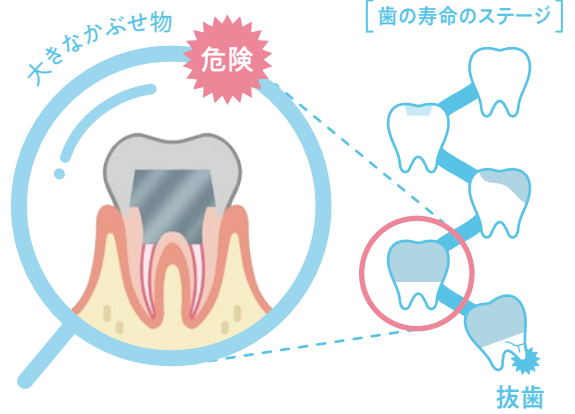


※理想目標は8020  
達成の理想曲線上の  
数値です。

# 今後10年に歯が抜ける危険度？

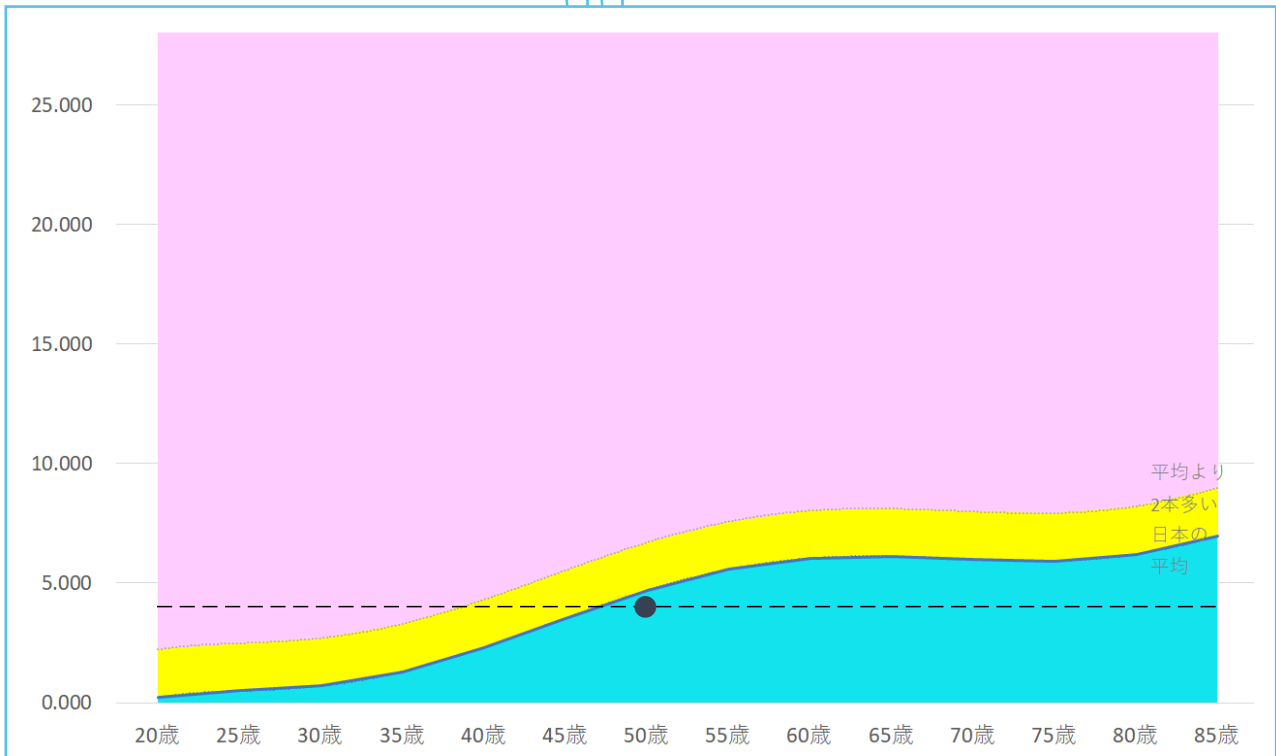
Risk of tooth loss after 10 years

歯は虫歯と治療を繰り返せばいつか抜歯になります。つまりかぶせ物が多いと、抜歯の危険度が高くなっている状態です。



あなたの  
かぶせ物の歯 **4** 本

## ●かぶせ物と抜歯危険度のグラフ



日本の平均との差

**-0.7**

本

平均よりもかぶせ物の歯が、  
2本以上多い場合はご注意ください。



かぶせ物の歯が平均よりも多いと、今後10年の抜歯の危険度が平均よりも高い状態にあります。もちろん平均と同じでも、加齢に伴った平均的な抜歯本数になる可能性がありますので注意が必要です。

※抜歯の原因は歯周病なども関与致します。

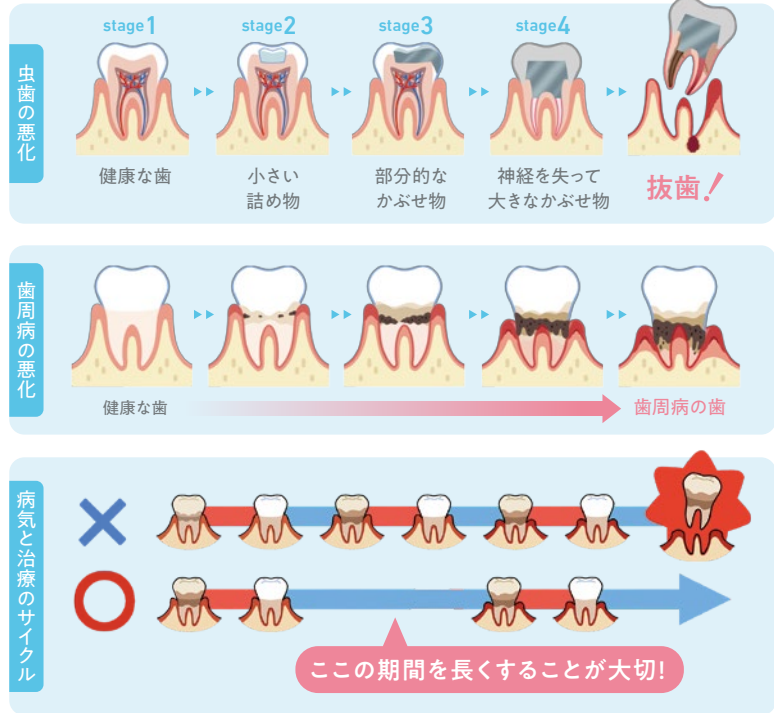
※かぶせ物が多いから、必ず抜歯になる訳ではありません。

※平均より少なくても、抜歯になることはありますのでケアは大切です。

# 歯を長く残すために必要なことは？

What you need to do to keep teeth longer

誰でも虫歯や歯周病が原因でほとんどの歯を失います。もちろん虫歯になった部分を治療することは出来ます。ただ虫歯の部分は、人工物で治せても天然の歯に戻すことは出来ません。つまり病気と治療を繰り返すといつか抜歯になってしまうのです。大切なのは悪い部分を治すだけでなく、再度悪くなるまでの期間を長くすることです。



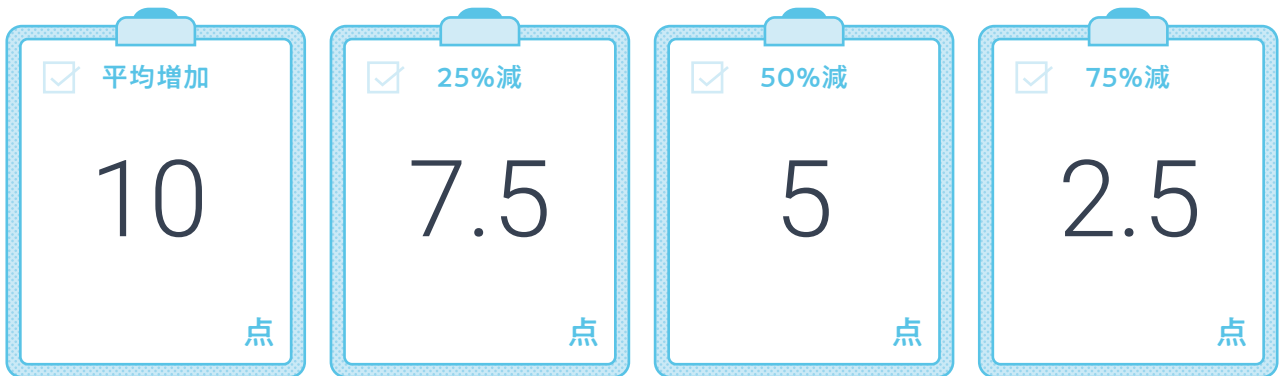
**Point!**  
今後10年で歯の寿命進行レベルの点数を、どの程度抑えられるかが重要です。

## 10年後の目標を決めよう

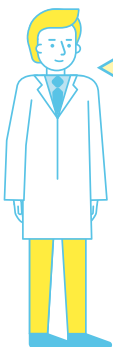
歯を長く残すために目標を決めましょう。



以下はあなたと同年齢の10年後の平均の増加点数です。また増加を25~75%抑えた目標プランも記載しております。

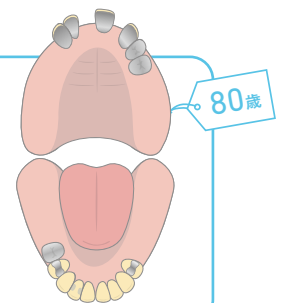


※平均増加は、あなたと同年齢が今後10年で増加する歯の寿命進行レベルの平均値です。



一緒に治療や予防で歯をできるだけ長く残しましょう♪

日本人は80歳で約半分の歯を失ってしまいます。また入れ歯が必要となるのは55歳頃からです。ただ世界に目を向けると80歳で20本以上の歯が残っている国もあります。重要なことは、「治療」+「予防」です。歯を失うのは加齢や遺伝と諦めずに、歯の寿命をのばしていきませんか。





先生、痛みが無ければ  
治療は先でも  
大丈夫ですか？

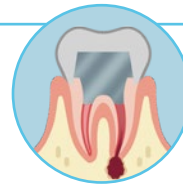
神経に近い虫歯



歯ぐきの治療



根の治療



もちろん先でも治療は出来ますが、残念ながら虫歯や歯周病は、  
風邪とは違って自然に健康な状態に戻ることはありません。



先に延ばしたら、悪化してしまうってことですか。

そうなんです。痛みがなくても、気が付かずに悪化してしまうのです。  
そして症状が出た時には、大きな問題となってしまふことが多いです。



やっぱりそうなんですね。歯を長く残したいのでしっかり治します。

歯の寿命のステージを進行させないためにも、早めの治療がお勧めです。  
また治療の前に予約についても知って頂けると嬉しいです。



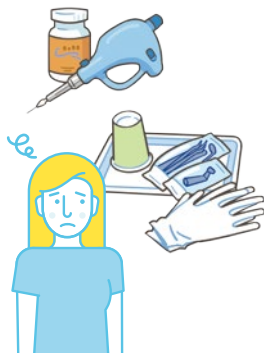
## 予約とキャンセルについて

予約についてのご理解を  
お願い致します。



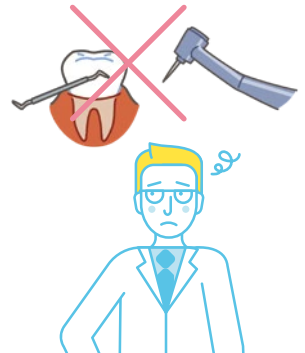
### キャンセルや予約変更の影響①

時間内にできる限りスムーズな治療をするために、**前日から治療の準備をしております。**無断キャンセルや直前の予約変更をされるとその準備が無駄になってしまいます。



### キャンセルや予約変更の影響②

1日の予約枠には限りがあり、先まで予約が埋まっている状況です。無断キャンセルや直前の予約変更によって、治療時間が空いてしまいます。そのため**他の患者さんに本来行えた治療が進まなくなってしまいます。**



お願い

体調不良や急な予定もあると思いますので、その際のキャンセルはもちろん構いません。  
ただ個別の準備や治療時間など全てが無駄となってしまいますので、  
無断キャンセルやできる限り直前での予約変更が無いようお願い致します。



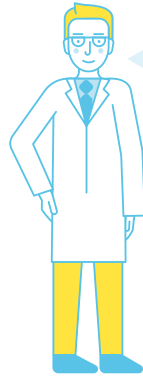


# 歯の寿命をのばす意味とは？

What it means to extend the life of your teeth

日本の平均寿命は84歳ですが、これからは人生100年時代といわれています。でも日本の歯の寿命は人生の寿命に追いついていません。だからこそ、一緒に今ある歯の寿命を少しでも長くのばして行きましょう！

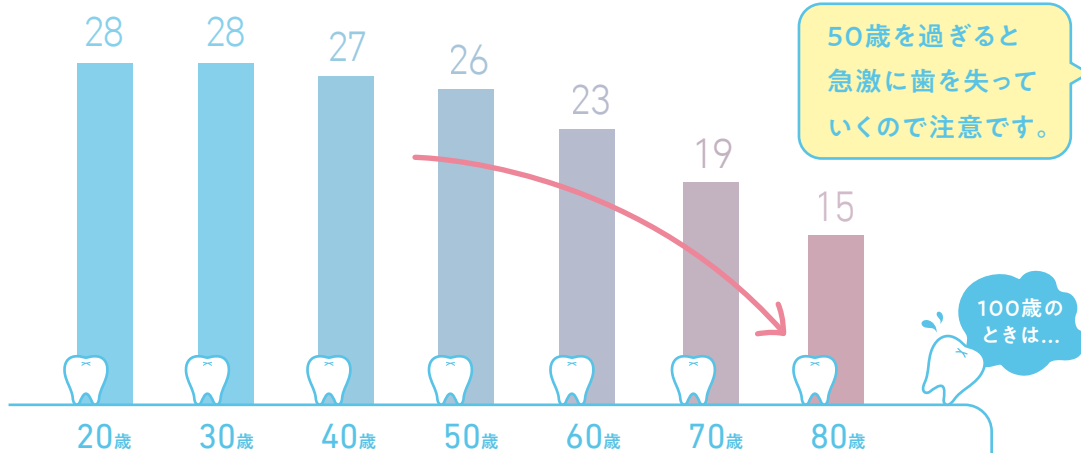
※お口の状態や治療についての詳細は担当医にご相談下さい。



歯を失うと、たくさんの問題を引き起こします。



## 年齢別の歯の平均本数



## 先生からのアドバイス

アドバイス1：いくつか虫歯がありました。歯の寿命を延ばすためにも1つずつ治していきましょう。

アドバイス2：噛み合わせが強い傾向があります。歯の負担が大きいので要注意です。

アドバイス3：80歳で20本以上の歯を一緒に目指していきましょう。

## 歯の年齢診断プロ

📍 歯科医院: 歯太郎の歯科医院

☎ 電話番号: 045-000-0000

📍 住所: 〒220-0000  
神奈川県横浜市西区〇〇1-1-1

歯の年齢診断プロを受けられる歯科医院は、一般社団法人 歯の寿命をのばす会のホームページで調べられます。



歯の年齢診断プロの結果はウェブでも見られます。

