

それ

オーラルフレイル

ではありませんか？



オーラルフレイルとは…

“口の機能の健常な状態”と“口の機能低下”との間にある状態です

まずは セルフチェック ✓

自身の歯が19本以下である



口の渇きが気になる



お茶や汁物等でむせることがある



半年前と比べて固いものが食べにくくなった



普段の会話で、言葉をはっきりと発音できないことがある



参考文献：オーラルフレイルに関する3学会合同ステートメント（老年歯科医学 2024）

気づいた
今が
チャンス！

2つ以上あてはまると要注意

オーラルフレイルは改善可能な状態です

かかりつけ歯科医や歯科衛生士にご相談ください

呉市

