

# オーラルフレイルをご存じですか？

オーラルフレイルは、歯をなくしたり、食べる、話すといったお口（オーラル）の機能が弱っていく（フレイル）ことをいいます。心身機能の低下にもつながりかねない重要なサインです。かかりつけの歯科医に相談し、日ごろから口や歯をケアするようにしましょう。

## ★ オーラルフレイル概念図 一般市民向け



# ご自身の状態をチェックしてみましょう。

2つ以上に該当していたら  
「オーラルフレイル」かもしれません。

## オーラルフレイルのチェック項目(Oral frailty 5 -item Checklist : OF-5)

|   | 該当    | 非該当   |
|---|-------|-------|
| 自身の歯は、何本ありますか<br>(さし歯や金属を被せた歯は、自分の歯として数えます。インプラントは、自分の歯として数えません。) | 0～19本 | 20本以上 |
| 半年前と比べて固いものが食べにくくなりましたか   | はい    | いいえ   |
| お茶や汁物等でむせることはありますか  | はい    | いいえ   |
| 口の渇きが気になりますか  | はい    | いいえ   |
| 普段の会話で、言葉をはっきりと発音できないことがありますか                                     | はい    | いいえ   |



## クリンプロ™ 歯みがき ペースト F1450

業界初<sup>\*1</sup>！フッ素、リン酸、カルシウムを同時配合したサプリメント歯磨き。



高濃度フッ素  
1450ppm



リン酸、カルシウム  
同時配合

歯槽膿漏  
予防

グリチルリチン酸  
ジカリウムが  
歯槽膿漏を予防

歯肉炎  
予防

CPC<sup>®</sup>、IPMP<sup>®</sup>が  
歯肉炎を予防



低研磨性

※1. 高濃度フッ素1450ppmとカルシウム、リン酸を同時配合した歯科医院専売の歯磨剤として。2020年時点3M社内調査 TCP(tricalcium phosphate)とは、リン酸三カルシウムの略称です。 ※2. 塩化セチルピリジニウム ※3. イソプロピルメチルフェノール

スリーエム ヘルスケア ジャパンは、オーラルフレイルの概念普及に協力しています。