



健診や人間ドックで手に入る
血液検査を活用した
新しい予防スタイル

予防歯科クラブ

<http://yobou.club/>

歯科疾患の多くは生活習慣病 → 習慣が変わると予防に

背景にあるのは『栄養素の不足』

タンパク質, ビタミンB群, 鉄, 亜鉛 を中心に改善することで根本解決へ

医食同源 - 食事が変わると体質が変わる

生化学の知識を臨床応用して読み解く
”臨床所見 + 血液検査 + 食事記録” から ”栄養状態” を把握

一般健診レベルの血液検査を歯科で活用しよう

AST, ALT, γ -GT, Hb, MCV を軸に ALP, Alb, Cho, TG



Yoshioka, Hideki
吉岡 秀樹

新潟県長岡市の自由診療専門医院院長。食事療法研究家・予防歯科医
『知識格差が健康格差を招く』をキーワードに情報発信する臨床家。
『健康雑学・31の豆知識』『くびれるレシピ・7つのルール』著者

もっと ”予防歯科” を ”有意義” で ”知的” なものにしよう