

# ほけんだより

# 健康診断 歯科検診

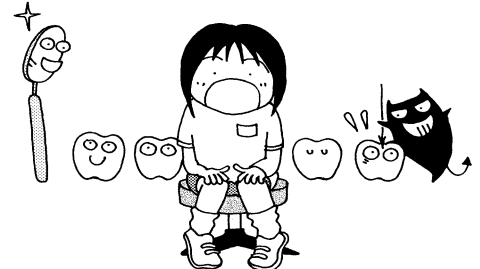
2023/04/18 小羽山小学校

20日（木）は歯科検診があります。虫歯や歯肉炎、歯並びなど、口の中の健康を調べる検査です。これを機会に、口の中を時々点検し、大切にする習慣を身につけましょう。

## 歯科検診の日程

日時：4月20日（木）9：30～

場所：保健室



## 歯科検診の目的

- 歯並び（歯列）、咬合（かみ合わせ）、顎関節（あご）の状態を調べます。
- 歯垢の状態を調べます。
- 歯肉の状態を調べます。
- 現在歯、要観察歯、う歯、喪失歯、要注意乳歯を調べます。
- その他の歯や口腔疾患について調べます。



## 検診前に気をつけてほしいこと

- ・検診当日の朝は、いつもよりていねいに歯をみがきましょう！
- ・名札を忘れずに！

検査をしていただく先生へのエチケットです。  
きれいにした歯で診てもらいましょう。

## 検診中に歯医者さんの言葉を聞いてみよう！

検診中に歯医者さんは、ある暗号を言っています。それが分かったら自分の口の中の状態も知ることができます。

よ～く聞いていると・・・

歯医者さんは「C」という暗号を使っています。「C」といわれたら残念！  
それがむし歯です。

- 「シー C」といわれたら治療していないむし歯があります。
- 「シーオー CO」といわれたらむし歯になりそうな歯があります。
- 「まる O」といわれたら治療してある歯があります。
- 「バツ ×」といわれたら要注意乳歯があります。
- 「さんかく △」といわれたら永久歯の抜けた歯があります。



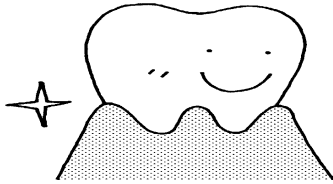
## ×××歯の主な病気×××

### 歯肉炎

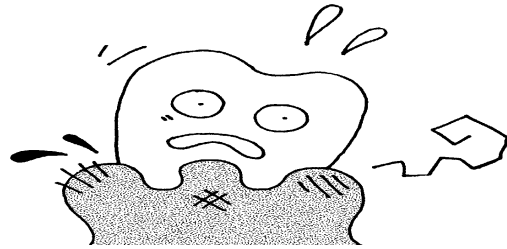
歯垢や歯石の中にいる細菌の毒素などによって歯肉が充血して赤く腫れ、歯肉から血が出やすくなる病気。

#### あなたの歯肉は元気??

歯肉炎は自分でも発見できます。自分の歯肉がどのような状態なのかチェックしてみよう!



健康な歯ぐき



歯肉炎の歯ぐき

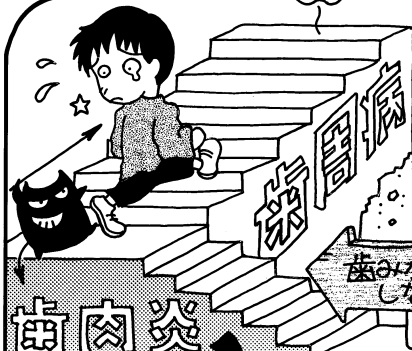
|                    |     |                         |
|--------------------|-----|-------------------------|
| うすいピンク             | 色   | 赤っぽい                    |
| ひきしまつて、ピチピチしている    | 感触  | 腫れていて、ブヨブヨしている          |
| 歯と歯の間に、しっかり入りこんでいる | かたち | 丸く厚みがあって、ふくらんでいる        |
| 出血しない              | 出血  | 指で押したり歯みがきなどの刺激でも出血しやすい |

### 歯周病

歯を支えている歯肉の組織が歯肉炎の悪化などによって壊され、歯がグラグラしてきてやがて抜けてしまう病気。

歯を失う最大の原因は歯周病

今から始めよう  
歯周病対策!



歯周病は、歯と歯肉の間のミゾにたまったプラーク(歯垢)が原因で炎症を起こし、歯周組織を破壊していく病気です。病状の進行程度により、歯肉炎→歯周炎にわけられますが、重度の歯周炎になると歯周組織が歯を支えきれなくなり、最後には歯が抜けてしまいます。

予防するには、毎日のていねいな歯みがきはもちろんですが、よくかんで食べることで洗浄効果を期待できる「唾液」の分泌量を増やしたり、寝起きにブクブクうがいをするのもGOODです!

歯肉が赤くブヨブヨ...  
丸く厚みがありふくらんでいる  
歯をみがくと出血する...

なお、歯肉炎の段階では、ていねいなブラッシングにより炎症を治すことができます。時々、鏡で歯肉の状態を確認して、早期発見・早期対策を心がけましょう。定期的に歯科医院へ通いチェックしてもらうとともに、ブラッシング指導を受けることもおすすめします。