



桜小学校
保健室
H25.6.4



「歯・口の健康診断結果と受診のおすすめ」の見方

本日、歯科検診結果をお渡しします

本日お渡しする「歯・口の健康診断結果と受診のおすすめ」は県と県歯科医師会とで検討されたものです。疾病異常については「歯・口の健康診断結果と受診のおすすめ」の説明どおりです。この見方は補足としてご覧ください。

異常なし



6月4日～6月10日は「歯の衛生週間」です。大切なからだの入り口「口」。口は食べ物や酸素など、からだに必要なものを取り入れ、あなたの気持ちや考えを伝える言葉を出すところ。その大切な口が汚れていて、むし歯や歯ぐきの病気になるってしまったら、痛んだり嫌なにおいがしたりと困ったことが起きてきます。大切なからだの入り「口」、いつもきれいにしておきたいですね！



全部口の中の病気です

むし歯

- 口の中の細菌（主にミュータンス菌）がつくりだす酸によって、少しずつ歯が溶かされていく病気です。
- 放置していると、歯の内部や神経、あごの骨にまで炎症が広がります。

歯周病

- 歯と歯ぐきのすき間（歯周ポケット）から入り込んだ細菌が生み出す毒素で、歯を支えている組織が壊される病気です。
- 進行すると、歯を支える骨が溶けて、歯が抜け落ちてしまいます。

顎関節症

- あごの関節でクッションの役割を果たしている関節円板がずれたり、あごのまわりのじん帯などが炎症を起こす病気です。

口内炎

- 口の中の粘膜に炎症が起こる病気で、口の中にできた傷などが原因で起こります。
- 多くは、1週間ぐらいで治ります。

むし歯・歯周病を防ぐには

1. 正しいブラッシングで、プラークを取り除く
歯垢（プラーク）は、むし歯や歯周病を起こす細菌のすみかです。
2. よくかんで食べる
だ液には、口の中をきれいにする作用があります。
3. タバコを避ける
タバコの煙は、歯ぐきに影響し、歯周病のリスクを高めます。

必ず治療を

むし歯や歯周病は、自然に治ることはありません。

こんな症状に注意

- ◆あごが痛い
- ◆口が開かない
- ◆あごを動かすと、音がする

1つでも思いあたる場合は、歯科医へ。

口内炎になったら

- ◆口の中を清潔に保つ
こまめに、ブクブクうがいをします。
- ◆症状がひどいとき、長引くときは、歯科医へ

じょうずな歯みがき 5つのポイント

1. みがきににくいところから
2. 軽い力で
3. ブラシの角度を意識して
4. 細かく動かす

今、どの歯を、どんなふうにみがいているかを意識しながら、1本ずつきれいにすることが大切です。



5. 実行力を「見える化」しよう！

1～4を意識してみがけた日は、色を塗りましょう。



星の数だけ、歯もピカピカに。

異常なし ★金シール★

○の代わりに金シールがはってある人は、治療しなければならない歯も治療した歯も1本もない人です。素晴らしい！！

歯垢の付着

口を閉じた状態での前歯の歯垢（プラーク）の付着状態
○…相当の付着あり
（歯の表面の1/3以上に歯垢が付いている状態）
△…若干の付着あり
（歯の表面の1/3以下に歯垢が付いている状態）

歯列・咬合の不正

歯列（歯並び）・咬合（かみ合わせ）で
○…重度の歯列・咬合不正の疑いがあり
歯科医師による精密検査が必要
△…要観察（軽い歯列・咬合不正の疑いがあり、次の歯科検診まで様子観察）

※注意※

歯垢（プラーク）が付きやすく、う歯（むし歯）や歯ぐきの病気になる心配が高いため、歯みがきに工夫が必要です。

右記の欄に○のある人は早めに指導を	シーオー CO
	シーオー GO
	CO-S (要請検)
	C (むし歯、う歯)
	G (歯肉炎)
療、検査	歯垢の付着
	歯列・咬合の不正
	顎関節の異常
受けることをお勧めします	要注意乳歯
	ZS (歯石)
	その他