

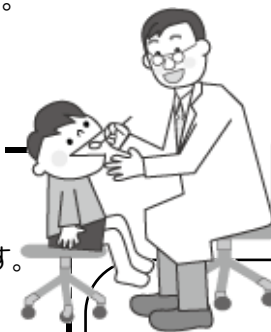


西尾東高校
H26. 7

梅雨の合間にセミの鳴き声が聞こえ、「いよいよ暑い夏が始まるよ!!」とされているようです。この夏も熱中症や食中毒の予防ができるよう、体調管理につとめたいですね。
さて、保健室では定期健康診断が終わり、疾病異常がみられる生徒には「治療のおすすめ」を配付しました。夏休みを利用して受診し、「受診報告書」を提出しましょう。

歯科医院に行こう!!

う歯（むし歯）や歯周疾患（歯周組織の炎症）は生活習慣病であり、毎日の歯磨き習慣で予防できます。しかし、一度できたう歯や歯周疾患は、放置して治ることはありませんので治療を受けましょう。また、歯科医院では、治療だけでなく正しい歯磨きの方法も指導してくれます。「歯科検診結果」の説明をみて、自分の結果と見比べてみましょう。夏休み中に歯や歯肉をキレイにして、2学期を迎えたいですね。



異常なし

今回の歯科検診では、う歯や歯肉の異常はみられませんでした。引き続き、ていねいな歯磨きを続けましょう。

過日行われました定期健康診断の歯科検診で、下記のような結果がでましたので、お知らせします。

記

A・B

ていねいな歯磨きの方法が分からない人は、歯科医院へ相談しましょう。



・異常なし

・異常あり

A. 歯が汚れています。または、う歯の初期症状の疑いがあります。ていねいな歯磨きをしましょう。

B. 歯肉が汚れています。または、歯周疾患の初期症状の疑いがあります。歯肉にも注意して磨きましょう。

C. う歯があります。歯科医の診察を受けてください。

D. 歯周疾患があります。歯科医の診察を受けてください。

E. 歯列、咬合に異常があります。専門医と相談してください。

F. 顎関節に異常があります。専門医と相談してください。

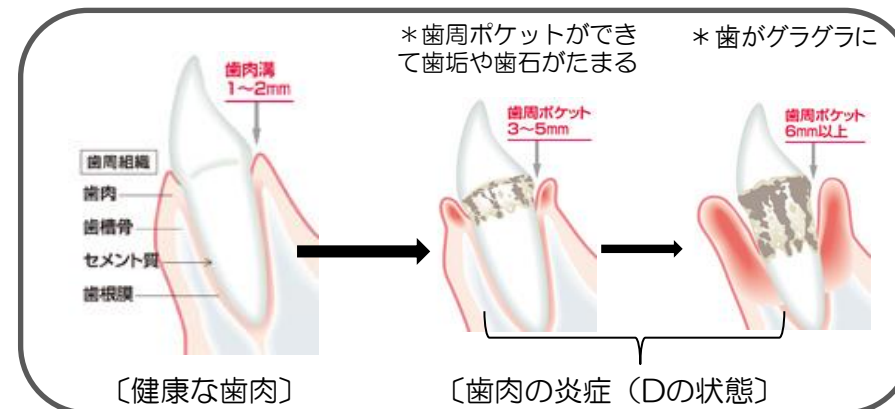
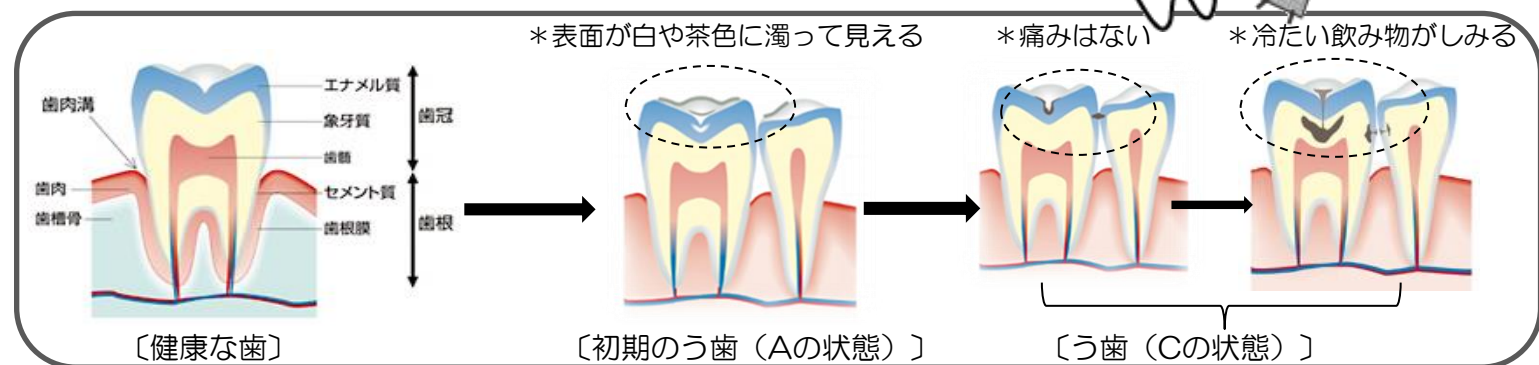
C
う歯が、5本以上みられる人もいました。痛みを感じなくても、う歯は進行しています。症状が初期のうちに治療を開始できると、治療期間も短く済み、治療費は低くおさえられるというメリットもあります。

E・F

歯列（歯並び）、咬合（かみ合わせ）、顎の状態に異常が見られます。治療に時間や治療費が必要となることもあります。かかりつけの歯科医や専門医（矯正歯科や口腔外科）に相談しましょう。

D
歯を支えている歯周組織に炎症がみられます。炎症が悪化すると『歯周ポケット』ができ、歯垢がたまってしまいます。治療方法は、『歯周ポケット』にたまった歯垢や歯石を取り除きます。再び歯肉の炎症を起こさないよう、正しい歯磨きの方法を指導してもらいます。

あなたの歯と歯肉の状態は大丈夫??



ていねいなはみがきとは？

ちょっとアドバイス

はみがきの基本

毛先を歯面(歯と歯肉の境目、
歯と歯の間)にきちんとあてる



150~200gの軽い力(毛先が
広がらない程度)でみがく



小さざみに動かす(5~10mmを
目安に1~2歯ずつみがく)



みがき残しの多いところ

歯と歯の間

歯と歯肉の境目

かみ合わせ



歯みがきのポイント

- ①歯の裏側、表側、かみ合わせの面と分けてみがくようにしましょう。
- ②みがき残しをしないように、順番を決めてみがきましょう。

裏側

かみ合わせ

表側

