

保健だより

歯 特別号

滋賀県立長浜北星高校

保健室

2018.7

歯科検診の結果はどうでしたか？

「CO」って何なん？

「C」って言われたわ・・・



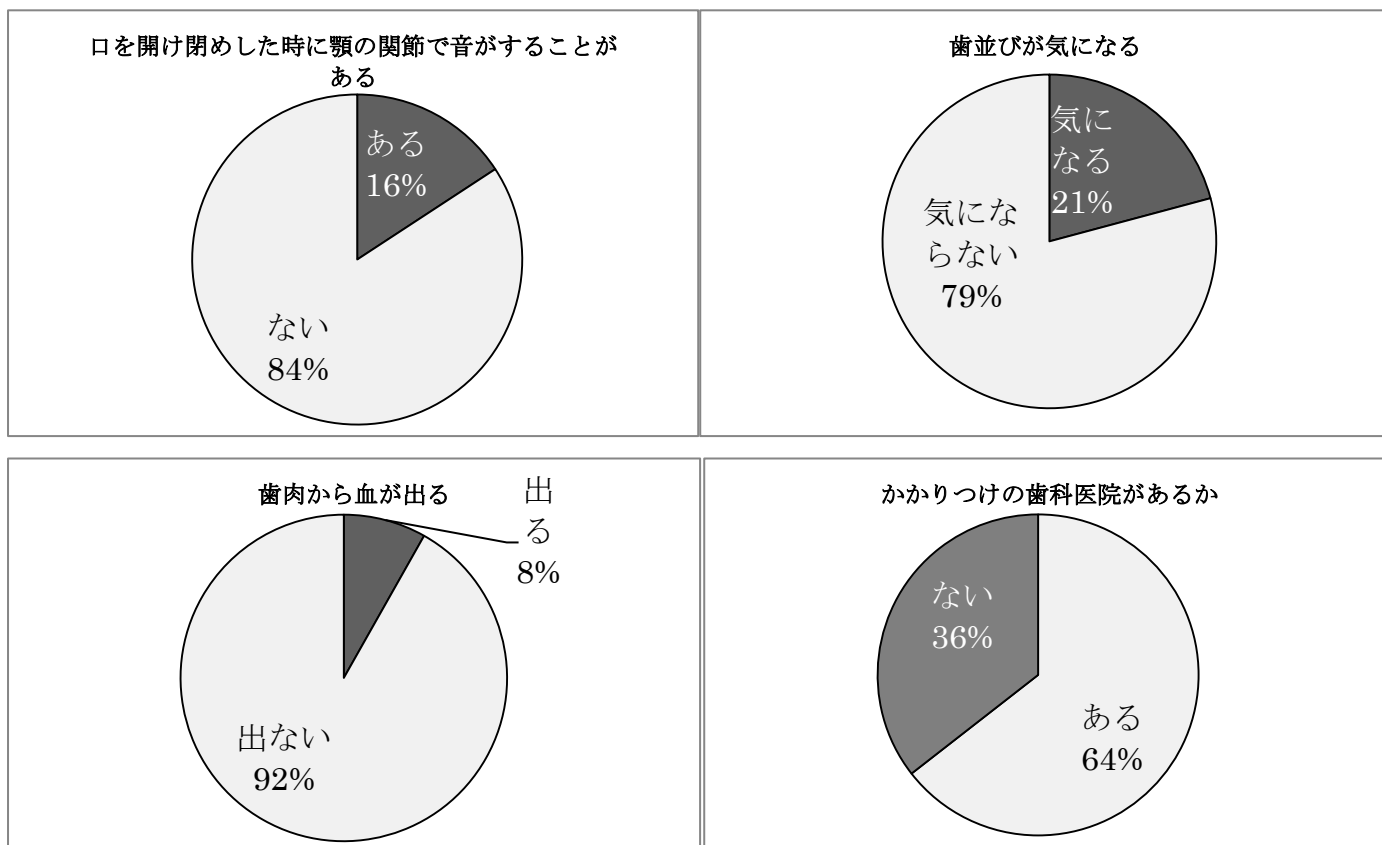
などなど、歯科検診の後に結果を気にしている人がたくさんいました。

自分の結果を確認しながら、歯科検診を受けた時のことを思い出してみましょう。そして、必要な人は早めにかかりつけの歯科医院を受診しましょう。

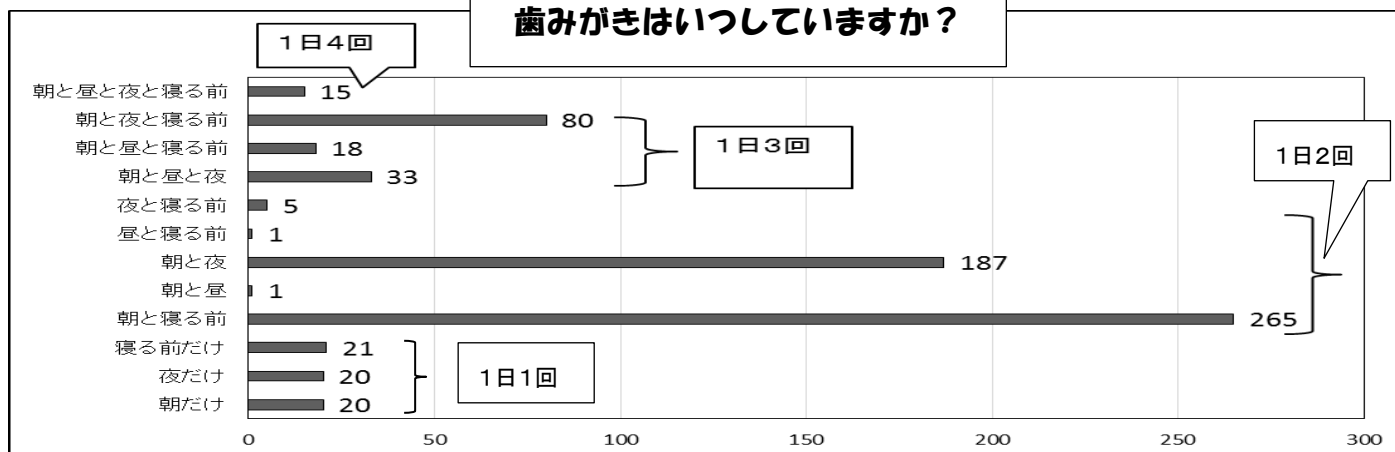
【受診結果は、担任の先生か保健室まで提出してください】

歯科検診前のアンケート調査結果

毎年、歯科検診前に、歯の健康に関するアンケート調査をしています。全員の結果をまとめましたのでお知らせします。（主なものを抜粋）



歯みがきはいつしていますか？



歯みがきをいつしているかという問いには、ほとんどの人が1日に2回以上歯みがきをしているということがわかりました。食べた後には歯をみがくという習慣を身に着け、これからもずっと自分の歯で生活できるようにしてください。

歯の2大疾患なぜ、ミウなった？

歯が痛い〜〜！

歯そのものが溶ける

むし歯



歯が溶けて穴があいています。穴はエナメル質から象牙質、歯髄（神経）まで進んで痛みが出てきました。

歯がグラグラ〜〜！

歯の周りが壊れる


歯周病



歯ぐきや歯を支える骨が壊されて、歯がグラグラ。放っておくと歯が抜け落ちる！


なぜ、歯が溶けたの？

歯を溶かすのは「酸」！むし歯菌は食べものの中の「糖」を使って「酸」を作ります。



なぜ、歯の周りが壊れたの？


歯周病菌は毒素で歯の周囲を攻撃します。攻撃されたところは炎症を起こし、壊れていきます。



その原因は？

どっちも同じ 歯垢だった

口の中の細菌がかたまっただけが歯垢。その中には、むし歯菌や歯周病菌菌があります。つまりむし歯も歯周病も、原因は歯垢！



歯垢は
歯みがきをしないと
取れません。

歯を守りたい人のための Q & A

むし歯編

Q1 むし歯になりやすい人っているの？

A1 います。歯みがきをサボって、むし歯菌が増えてる人。それから、むし歯菌が歯を溶かすための「酸」をグダグダ作る人。つまりむし歯菌の栄養「糖」をグダグダ食べる人！



歯周病編

Q1 歯周病は大人だけの病気でしょう？

A1 そんなことはありません。10〜14歳の人の中には、歯肉から出血している人が約25%もいました。
（平成28年 歯科疾患実態調査結果 厚生労働省より）



Q2 「酸」で溶けた歯は元に戻らない？

A2 表面が少し溶けたくらいなら、だ液の中のカルシウムがくっついて元に戻してくれます。でもむし歯菌が多かったり、甘いものを食べ続けると、だ液の働きが追いつかなくて、歯はどんどん溶けてしまいます。



Q2 歯肉炎と歯周病はどう違うの？

A2 歯ぐきが炎症を起こしているのが「歯肉炎」。炎症が歯の周りの骨まで広がっているのが「歯周病」。これをひっくりめて「歯周病」です。



Q3 だ液をたくさん出す方法はあるの？

A3 普段からよくかんでいると、口の筋肉がよく動き、だ液がたくさん出るようになります。1口30回が目安です。




Q3 歯周病菌ってどこにいるの？

A3 歯周ポケットと呼ばれる歯と歯ぐきの間の溝に多くいます。歯周病が進むと歯周ポケットの溝も深くなります。歯をみがくときは、歯と歯ぐきの境目もしっかりと。




ポケットの深さ6mmで、歯はグラグラ




むし歯のない人

209 人



むし歯のある人

74 人



治療の終わった人

292 人

その他にも・・・

「CO」があると云われた人

306人

「CO」はむし歯になりかけているか、むし歯かもしれない歯です。必ず受診して、むし歯になっていないか確認をお願いします。

昨年の結果と比べて、むし歯が治療できていないのでないか？という人もいます。昨年は受診する時間がなかった人は、今年必ず受診できるようにしてください。