

ほけんだより ~歯科検診編~

令和2年 10月8、22日
岐阜北高等学校 保健室



10月8、22日は歯科検診です

検診時に、このプリントを持参してください！

検診時に校医の先生が次のようなことを言われます。
よく聞いて、自分の口の中の状態を確認しましょう！

【歯の状態】

- (まる) → 処置歯(むし歯を治療した歯)
△ → 喪失歯(ない歯)
X → 要注意乳歯
C → むし歯
CO → 要観察歯(このまま放置しておくと、むし歯になる歯)

☆校医の先生が言われる言葉は、
左の下線の部分です。

【歯列・咬合・顎関節の状態】

- 0 → 今のところは大丈夫です
1 → 気をつけて様子を見よう
2 → 早く歯科医の指導を受けよう

何も言われなかった人は、
異常なし！！

【歯垢の状態】

- 0 → 今はほとんどついていません
1 → 少し付いています
2 → 相当付いています



【歯肉の状態】

- 0 → 今のところは大丈夫です
1 (GO) → 少し炎症を起こしています
2 (G) → 炎症や歯石があります。早く歯科医の指導を受けよう

【歯石】

- 歯石 (ZS) → 歯垢が硬くなったもので、歯磨きでは取れません。
歯科医を受診しよう

あなたの歯ぐきは大丈夫？ 鏡の前でチェックしてみよう

検診前にチェックしてみよう！

自分で気づく歯周病チェック

- 歯ぐきに赤く腫れたところがある
- 口臭がなんとなく気になる
- 歯ぐきがやせてきたみたい
- 歯と歯の間にもものがつまりやすい
- 歯をみがいた後、血がでることがある
- 歯と歯の間の歯ぐきが三角形ではなく、ブヨブヨしている
- ときどき歯が浮いたような感じがする
- 指でさわってみて、少しグラつく歯がある
- 歯ぐきから膿みが出たことがある



チェックが1つ2つなら、しっかりセルフケアをして、歯医者さんで診てもらいましょう。3つ以上なら、すぐ歯医者さんで治療を

歯ぐきをじっくり見たことはありますか？



毎日がみで髪形を見ることはあっても、歯ぐきを見る機会はないかもしれませんね。でも、歯ぐきの状態を知るのは大切なことです。思春期はホルモンバランスや生活が乱れやすいもの。歯ぐきが炎症を起こす「歯肉炎」になりやすい時期でもあります。早速チェックしてみましょう。

健康な歯ぐき

色：うすいピンク色
形：歯と歯の間にしっかり入り込んでいる
弾力性があり、引きしまっている

歯肉炎の歯ぐき

色：赤みを帯びている
形：歯と歯の間の三角の先が丸みを帯びている
腫れがみられる

歯肉炎にならないために

- ・歯と歯ぐきの間もしっかりみがこう
- ・定期的に歯医者さんに診てもらおう



