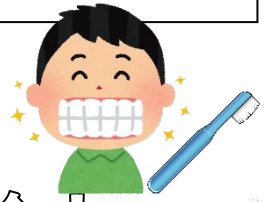




石川県立金沢錦丘高校  
令和6年6月3日  
保健室

昨年度は、歯科受診率が大変低い結果でした。今年度は、錦丘生のみなさんの  
歯と口の健康意識を向上すべく、歯科関係の情報を積極的に発信していきたいと思ひます。



# 6月6日(木)午前中は歯科検診!

歯科検診の日、必ず朝食後に歯を磨き、口腔内がきれいな状態で検査を受けましょう。

## 自分の歯の状態を知ろう

\*検診後、歯科衛生士さんが書いた自分の歯式を見て、自分の口腔内の状態を確認してみましょう。

ここで意味がなんとなくわかる!

ここをチェック!

顎関節の状態	咬合の状態	歯列の状態	歯垢の状態	歯肉の状態	歯式																				
					8	7	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6	7	8					
○	○	○	○	○	現在歯 (例 A 右)	う歯	未処置歯 C	処置歯 O	喪失歯 (永久歯) Δ	受注意乳歯 X	要観察歯 CO	斜線は健康な歯													
1	1	1	1	1	上	右					E	D	C	B	A	A	B	C	D	E	左	上			
2	2	2	2	②	下	左					E	D	C	B	A	A	B	C	D	E	下				
					8	7	6	5	4	3	2	1	1	2	3	4	5	6	7	8					

<歯式やその他記号の意味>

C	むし歯です。受診勧告を出すので、受診してください。むし歯は自然に治ることはありません。
CO	初期虫歯であり、まだ虫歯菌が表面を少し溶かしているくらいの状態です。そのため、日常生活で気をつければ再石灰化し、改善する可能性があります。ただし、複数歯ある場合は、受診勧告を出す場合があります。
GO	歯周疾患要観察です。直ちに治療が必要な状態ではありませんが、そのままにしておくと重症化してしまう恐れがあり、丁寧なケアが必要な状態です。
2	左の項目(歯肉や歯垢など)の欄に2がついた場合も、受診が必要な状態となります。

**受診が必要な生徒には、受診勧告を出します。必ず歯医者へ行って、受診結果を学校へ提出してください。**

## なぜ歯が大切か?

私たちの歯は、食べ物を噛み砕くためのものではありません。

会話の発音を助けたり顔の表情をつくるなど日常生活に必要な役割を持っており、歯を失うと食べ物が噛みづらくなるだけでなく体全体にも影響が出てきます。

研究によると歯の数と認知症の関係性が確認されています。歯を失うことで脳への刺激が減り、残っている歯が少ないほど認知症のリスクが大きくなるという結果も出てきています。

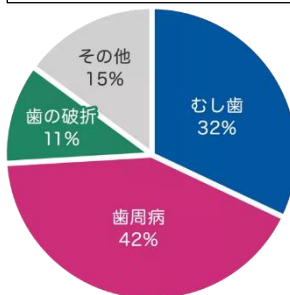
また、歯は、たった1本失われても、正常な働きができません。例えば、奥歯が1本なくなっただけで、ものをかみくだく能率は約40%も低下するといわれています。

大切な歯を守る正しいケアを、ぜひ今日から始めてください。

\*正しいケアとは⇒1日2回以上の丁寧な歯磨きとフロケア(歯科でのクリーニング)

詳細はまた別のほけんだよりで...お楽しみに!!!!!!

歯が抜ける主な原因



8020推進財団 永久歯の抜歯原因調査報告書より

歯の役割

