



ピカピカ通信 Vol.12

発行元：〒671-1611 たつの市揖保川町新在家 207-15
TEL 0791-72-7222



子ども
むし歯
ゼロ

お口と歯のワンポイントアドバイス

皆さまの笑顔とお口の健康の生涯サポートに向けて、いなだ歯科クリニックの情報・ニュースを発信いたします。



皆さま、こんにちは!! いかがお過ごしでしょうか?
今回はピカピカ通信の第12版をお届けいたします。
今回は歯科健診の用紙の読み方、フッ素洗口の効果、
そして唾液の力のことについてまとめました。
ご不明な点がありましたら、スタッフにお尋ねください。

news

学校歯科健診

健診用紙の読み方



歯科健診の時期になりましたね。今回は、用紙の読み方について解説します。

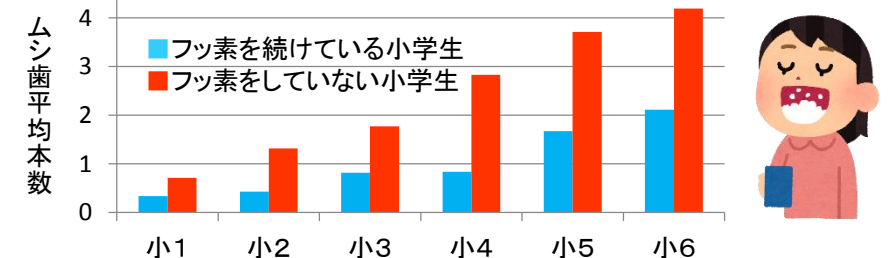
- ※…………… 要注意乳歯といい、抜くか抜かないかを慎重に検討すべき乳歯のこと。主な状態としては、永久歯との生え変わりでグラグラしていたり、下から永久歯が生え始めていたりする歯です。最近では、永久歯の歯並びに影響を与えそうな乳歯やレントゲン写真が必要な乳歯もチェックがつきます。
- CO(シーオー)・・・気をつけないとムシ歯になりそうな歯(要観察歯)のこと。はっきりとムシ歯は確認できませんが、ムシ歯の初期の状態が疑われる白濁(白く濁った色)や褐色(やや黒みを帯びた茶色)になっている部分が認められ、このままではムシ歯に進行すると考えられる歯です。
- C……………ムシ歯があります。なるべく早く歯医者さんに行きましょう。
- GO(ジーオー)・・・歯茎に軽度の腫れや出血がみられる状態。軽度の歯肉炎の状態。適切なケアや生活習慣により健康な歯茎に改善できます。
- 顎関節…………… 関節雑音、開閉時の痛み、開閉口障害など顎関節に異常が認められる。
- 歯列・咬合…………… 叢生(そうせい)、正中離開、反対咬合、上顎前突、開咬の場合
※叢生(そうせい)とは顎と歯の大きさのバランスがとれておらず、顎に歯がきれいに並ばないでデコボコした状態
顎関節や歯列・咬合にチェックが入っている場合は、一度歯科受診して相談や治療を受けましょう。

さて、今回健診で異常がなかった人もムシ歯をつくらないためには予防が大切です。ムシ歯ゼロを目指して引き続き定期健診にきてくださいね!

フッ素洗口でムシ歯予防

フッ素洗口の予防効果

①歯の質を強くする②初期ムシ歯の修復③ムシ歯原因菌の抑制
フッ素洗口はご家庭以外にも、全国約4000の保育園、幼稚園、小中学校でフッ素洗口が実施されています。また、継続的にフッ素洗口を行うことで**40~60%のムシ歯予防効果**が期待できます。



フッ素塗布、フッ素洗口だけでムシ歯にならない! というわけではないので、乳歯の頃からしっかりケアをして、いつまでも健康な歯でいるためにも、定期的な歯科医院での健診とお家でのハミガキも大切です。まずは身近にできることから始めてみませんか?

唾液は魔法の水

普段、ほとんど意識していない、つばやよだれ。いわゆる“唾液”にはすごい効果があることを知っていますか?

口を潤すだけじゃない! 唾液のすごい効果

- ・ムシ歯や歯周病を防ぐ
- ・美味しさを感じさせる
- ・食べ物を飲み込みやすくする
- ・食べ物の消化を助ける
- ・細菌や有害物質を抑える
- ・皮膚や粘膜を活性化させる …………… などなど



唾液の効果を高めるために1番簡単な方法は、噛む回数を増やすことです。噛みごたえのあるもので1口30回を目安に、ぜひ実践してみてください。