

6月11日(木)、歯科検診があります

歯科検診では

歯と口の健康を調べます。歯と歯肉の様子、歯並びやかみ合わせ、歯みがきがきちんできているかどうかを調べます。当日の朝は、ていねいに歯をみがきましょう。

むし歯は、どうやってできるの？



むし歯の菌は、ミュータンス菌といいます。食後に歯みがきをしないと現れます。

ミュータンス菌は、食べかすと歯垢から、酸を作り出します。

酸が歯を溶かし、むし歯になります。歯垢はかたまると歯石になります。

歯肉炎に気をつけよう

みなさんは、歯をみがくときに、歯ぐきをみていますか？

歯ぐきが赤くなったり、はれたり、歯みがきのときに血がでたりする状態を、歯肉炎と言います。歯肉炎の原因は、歯と歯茎の間についている歯垢（プラーク）です。歯みがきが十分にできていないと、歯垢の中の細菌が歯ぐきに炎症を起こします。

歯肉炎をそのままにしておくと、大人になってから歯周病になることがあります。歯周病は、歯を支える骨が少しずつ減ってしまう病気で、重症になると歯が抜けてしまうこともあります。

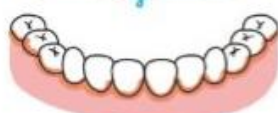


朝と寝る前に、しっかりと歯みがきをしましょう

みがきのこしが 起きやすい場所



歯と歯の間



歯と歯肉のさかい目

歯の高さが違うところ



奥歯のみぞ



歯のうら側

むし歯や歯肉炎にならないためには、歯みがきをすることが大切です。軽い力で、ていねいにみがきましょう。

食後は、数十分たつと、歯を溶かす酸がで始めます。食べたらずぐに歯みがきをしましょう。



[担当]
主幹教諭(養護) 山上 すみれ