



発行:伊達緑丘高等学校保健室

No.6

平成27年6月19日

歯科検診と視力検査で異常のみつかった人に、検査結果の通知をしています。歯科検診では未処置歯のみつかった人は1年生26名、2年生42名、3年生46名と学年が上がるにつれて増えてきている状況です。

視力検査では裸眼か矯正の左右どちらかが0.6以下の人に通知を出しています。1年生42名、2年生24名、3年生30名という状況です。教室の一番後方から黒板の文字を読むためには、最低でも0.7の視力が必要です。今回、通知をもらった人は早めの受診をお願いいたします。

歯は全身の健康に影響を及ぼします

食べ物を細かく砕いて消化を助けている歯は、人のからだにとても大切な役割を果たしています。そのため口の中が健康でなくなると、身体にさまざまなトラブルが起こるようになります。

例) 肩こり、頭痛、筋肉痛などは、むし歯や歯のかみ合わせによって起きる場合があります。



●むし歯があると…



むし歯や歯のかみ合わせが悪い部分があると、自然と左右どちらかだけの歯を使ってかむ癖がついてしまいます。そのため首のまわりやあごの筋肉の使い方のバランスが悪く、その結果、からだにゆがみがでてしまい、痛みやこりとなって現れてしまうのです。また、顔のゆがみの原因にもなります。

●歯周病があると…

歯周病菌の酵素は、口の中の粘膜が傷つけられると、感染症にかかりやすくなります。特にお年寄りなどは、この口腔ケアができていないために、肺炎などの呼吸器疾患を引き起こし、死亡原因となってしまうケースも多いようです。かぜの予防のためにも口腔ケアはとても重要です。

●歯のかみ合わせが悪いと、英語の発音にも影響する?

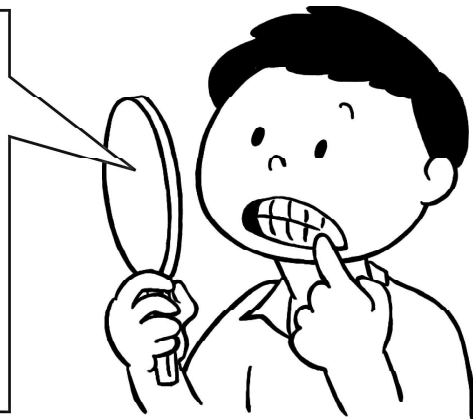
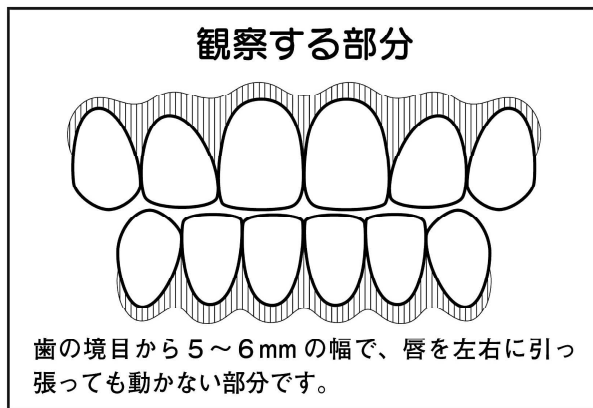
英語には、歯や舌を大きく動かして発音するものが多いため、歯並びが発音にとっても影響します。



保護者の皆様へ

本年度の健康診断の結果につきましては、今のところ、異常のみつかった人のみ通知しております。なお、三計測を含めた全ての結果につきましては、中間考査の成績とともに全員に送付させていただきます。ご承知おきください。結果につきまして、ご不明な点等ありましたら、遠慮なく保健室までご連絡ください。

歯肉をチェックしてみよう



●当てはまる項目にチェックしよう●

色	薄いピンク色	赤、暗い赤、赤紫色	
形	歯と歯の間に、三角に入り込んでいる	腫れて、ふちが丸みを帯びている	
感触	引き締まっている	プヨプヨしている	
出血	出血しない	出血する	

健康な歯肉の状態です

歯肉炎の特徴が出ています

あごを動かす筋肉や関節の周辺が痛み、あごがうまく動かなくなる病気です。

顎関節症



歯ぎしり



寝ているときなどに無意識に強く歯をかみ合わせ、すり減ることがあります。

口内炎



口の中の粘膜に潰瘍ができて痛みます。抵抗力が低下しているとなりがちです。

口臭

胃腸の不調や歯周病などで口の中の臭いが悪臭になることがあります。実際は臭くないのに思い込んでいることも。



口の病気

味覚障害



体内に亜鉛が不足すると味を感じる機能が低下します。

歯並び



歯並びが悪いと歯磨きが行き届かなかったり、発音に問題が出たりすることがあります。