

# HEALTHY LIFE

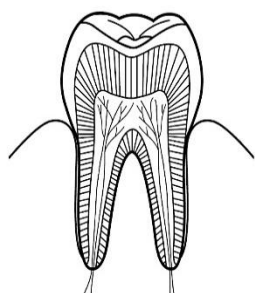
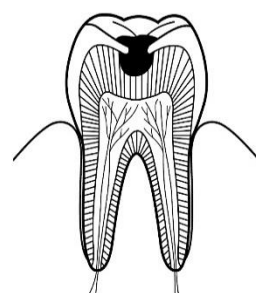
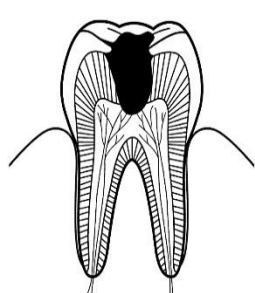
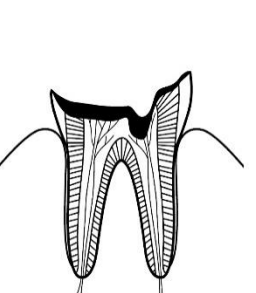


平成30年12月14日  
仙台市立生出中学校  
No. 9

## 冬休みがチャンス！ 歯医者さんへ行きませんか？

特に、4月の歯科検診で、むし歯があると指摘された人は、この機会に予約をとって、歯の手入れに行きませんか？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付いてしまいます。そのため首の周りやあごの筋肉の使い方のバランスが悪く、その結果、体にゆがみが出てしまい、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。

また、むし歯を放っておくと、下の図のようにむし歯の進行が早まります。むし歯の治療はその進行とともに複雑になり、通院回数も増えてしまうので、早めの治療が、大切です。

<h3>むし歯の進行</h3>  <p><b>エナメル質のむし歯</b></p> <p>しこう 歯垢から出される酸で、歯の一番表面のエナメル質が溶けています。まだ痛みやしみる感じはありません。</p>	 <p><b>象牙質のむし歯</b></p> <p>象牙質が露出すると神経に外からの刺激が伝わり、冷たい食べ物や飲み物がしみます。</p>
 <p><b>歯髄まで達したむし歯</b></p> <p>神経が露出し、何も食べたり飲んだりしなくてもずきずき痛みます。</p>	 <p><b>歯根だけ残ったむし歯</b></p> <p>神経が死ぬと痛みも感じなくなります。歯の内部の空洞をそのままにしておくと、細菌が血流で体内に運ばれてしまうので、この状態になると歯を抜きます。</p>

### 保護者の方へ



健康診断の結果、病院を受診された御家庭は「治療済み報告書」の御提出をお願いします。また、今回むし歯の治療が必要な生徒には歯科検診の結果を再度お渡しいたします。もう治療済みの方には行き違いになるかもしれませんが、どうぞよろしくをお願いします。

## インフルエンザ予防対策には、口の中の衛生を保つこと＝歯磨きが大事です。

口の中を汚くしていると、歯周病菌の酵素によって口内の粘膜が傷つくと、感染症にかかりやすくなってしまいます。

風邪予防に手洗いやうがい、換気、そして歯磨きをしっかりと口の中を清潔に保ちましょう。

### 歯磨きのポイント

#### 歯垢のたまりやすいところと磨き方

