

年に1回は お口の健康診断を!

お口の健康を維持するためには、定期健診が不可欠です。一度治療を終えた歯が、再びむし歯になってしまい来院...という事は少なくありません。治療した歯を長く健康に保つために、定期健診を受診しましょう。

お口の中のチェック

歯の表面や歯ぐきを器具で触ってチェックします。必要であればレントゲンを撮影します。また、歯石や磨き残しがないかのチェックも行います。



歯のクリーニング

歯の表面のクリーニングで、歯磨きでは取れない細菌の膜や汚れを除去します。歯石があった場合には、歯石の除去を行います。



歯みがき指導

歯磨きは、いつの間にか“自己流”になりがちで、磨き残しをつくってしまいます。磨き残しの箇所をチェックし、歯磨きのポイントを説明します。



主な健診内容

まちがいさがし

上と下の絵の中に7カ所違う所があります。探してみてくださいね!



テーマ「たばこの影響」

正解はこちらでチェック↑↑↑

 歯周病の悪化	 歯肉が黒くなる
 口臭の原因	 歯にヤニが付着
 歯周病の悪化	 歯肉が黒くなる
 口臭の原因	 歯にヤニが付着

フッ素などで「歯の質」を強化!

ジュースやおやつなど糖質に注意!

歯科医院で「細菌」を除去!

この3つの条件が長くないと、むし歯になりやすくなります。

「歯の質」「糖質」「細菌」が重なった状態が長くなるほど、むし歯になりやすくなります。

むし歯の原因

むし歯は3つの要素「歯の質」「糖質」「細菌」が重なった状態が長くなるほど、むし歯になりやすくなります。

この図を見てください

うちの子、毎日ハミガキしてるのに、どうしてむし歯になってしまっんですか?

歯の質 + 糖質 + 細菌 + 時間の経過 = むし歯発生

さっき食べたからジュースね

おやつちょうだい!

まだジュースね

糖分を含むジュースも同じですよ!

だらだら食べない!

食事やおやつの間隔を空ける!

食事の時間が長い、回数が多いと、酸性の状態が増え、むし歯になりやすくなります。

それと、このグラフも見てください

■ お口の中の中性・酸性の推移グラフ

飲食開始

酸性

中性

中性へ戻る

ph5.4: 歯が溶けはじめる境界

5 10 15 (分)