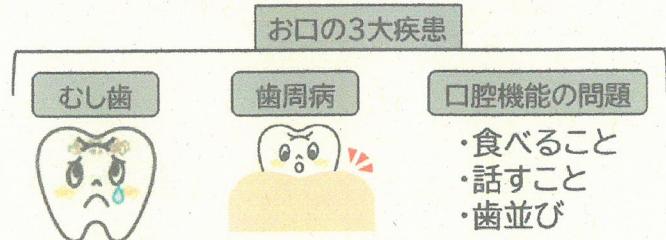


～保護者様へ 歯科(校医)からのメッセージです～

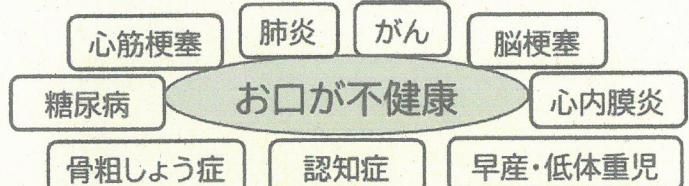
2022年11月

お子様が健康なお口であることは親としての大きな願いだと思います。
より良いお口の健康をつくり、維持するために大切なことをまとめてみました。

お口が健康でない状態として、お口の3大疾患について説明します。



「お口は健康の入口、心の出口」と言われ、お口の健康は全身の健康と関係があります。

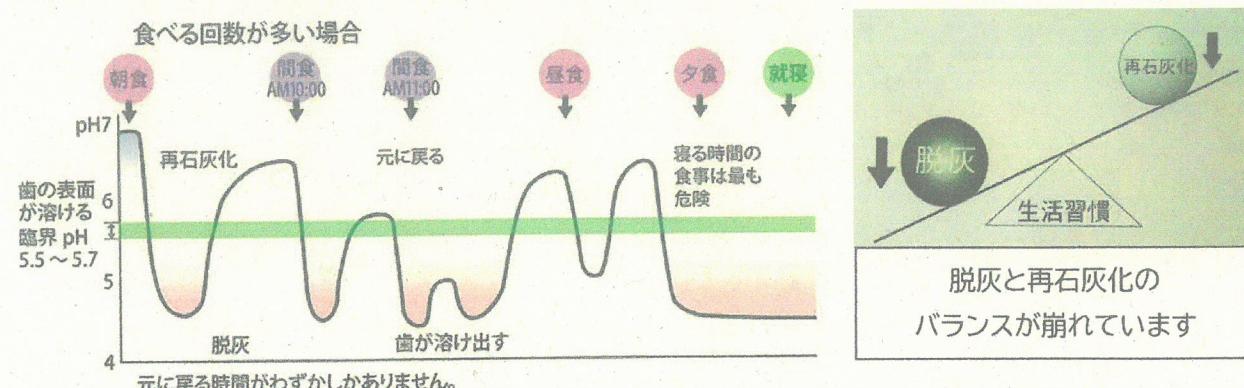


人の歯がなくなる原因の8割は、むし歯か歯周病です。
また、より良く生活するためには、食べる一話す一呼吸するという口腔機能は重要です。
そこで、むし歯のこと、歯周病のこと、口腔機能のことについて説明します。

むし歯のこと

むし歯の原因是、宿主(歯の強さ、唾液の性状)、細菌(歯の汚れ)、砂糖(食生活)です。

下の図は、食べる回数が多く、むし歯になりやすい人の食生活パターンです。



このように、宿主、細菌、砂糖、時間の要因が悪いところで重なるとむし歯ができます。

小学生～中学生～高校生において、特にむし歯になりやすい歯は、第1大臼歯と第2大臼歯という歯です。この永久歯の奥歯がむし歯にならないように予防することはとても大切です。



- ◎第1大臼歯：前から数えて6番目の歯
→6歳前後ではえてきます
- ◎第2大臼歯：前から数えて7番目の歯
→13歳前後ではえてきます

歯周病のこと

世界で最も患者数の多い病気は、歯周病です。日本人でも多くの人がなる疾患です。



静かなる病気(隠れた病気)とも言われ、気づきにくい特徴があります。

歯周病の要因は、細菌の因子(歯の汚れ)。からだの因子(免疫力・病気など)、環境の因子(喫煙・生活習慣など)です。
むし歯も歯周病も、歯の汚れ=プラーク中に原因となる細菌がいます。なので、歯の汚れを落とすための歯磨きが重要となります。歯磨きのポイントは右の通りです。

口腔機能のこと

口腔機能とは、食べる、話す、呼吸するという身体活動に大きく関わる口から喉までの部分の働きです。この3つの機能が、身体的・精神的・社会的な健康へと繋がり、生活を豊かにします。
小児期に口腔機能が発達、獲得できないと、高齢期には口腔機能の回復ができずに機能低下に拍車がかかりてしまいます。食べる機能の低下により、窒息や栄養摂取不良を招いたり、誤嚥性肺炎リスクが増大するなど生命の危険性にまで影響する可能性があります。さらに、話す機能や表情をつくる機能が低下するとコミュニケーションに支障をきたし、QOLや認知機能にまで影響することもあります。よって、子どもの頃から、健全な口腔機能の育成を行い、高齢期のために口腔機能の貯金をしておくことは大きな意義があります。

かかりつけ歯科の重要性

かかりつけ歯科では、むし歯、歯周病、口腔機能の異常などをチェックし、公的歯科健診ではわからない問題が発見でき、適切な時期により良い対応が可能となります。さらに、専門的な予防やケアを受けることができて、その時その時で気になることが相談できます。定期的継続的にかかりつけ歯科を受診することで、お口の3大疾患を予防することができ、お口の健康につながります。長く通えるかかりつけ歯科を持つことが何よりも大切なことです。

お口のことでお困りの際にはいつでもご連絡ください。

生の松原特別支援学校
校医(歯科)

医療法人発達歯科会
おがた小児歯科医院
<http://www.ogatapd.com>

小児歯科専門医・障害者歯科専門医

理事長 石倉 行男
院長 いしくら ゆきお

【病院】〒812-0013
住所 福岡市博多区博多駅東1丁目13番17号松岡ビル3F
電話 092-472-2885 FAX 092-475-9549

E-mail ishi@zd5.so-net.ne.jp

