

# 健康な心と体

令和2年7月28日  
後期課程 保健室  
No.9

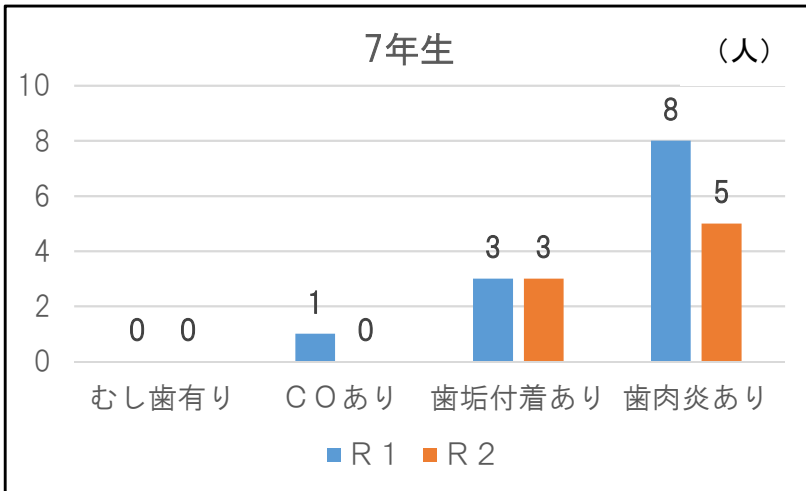


速報!

## 今年度の歯科健診の結果



先日行った歯科健診の結果について、学年ごとに昨年度と比較してみました。

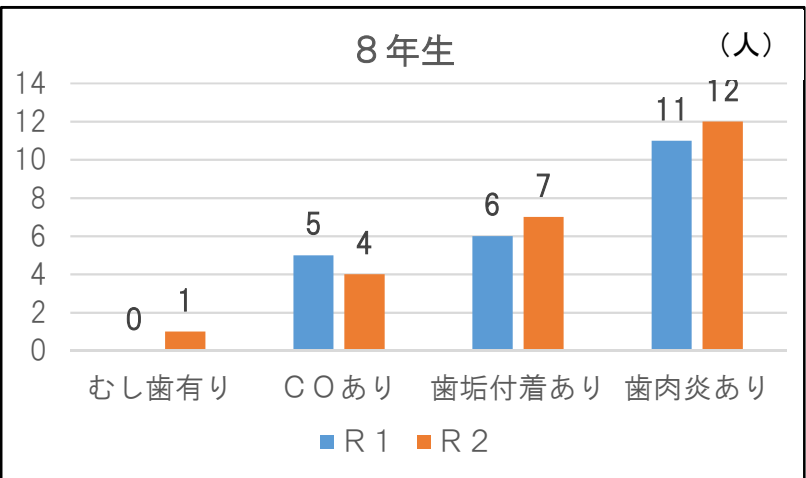


\*CO…むし歯になりそうな歯

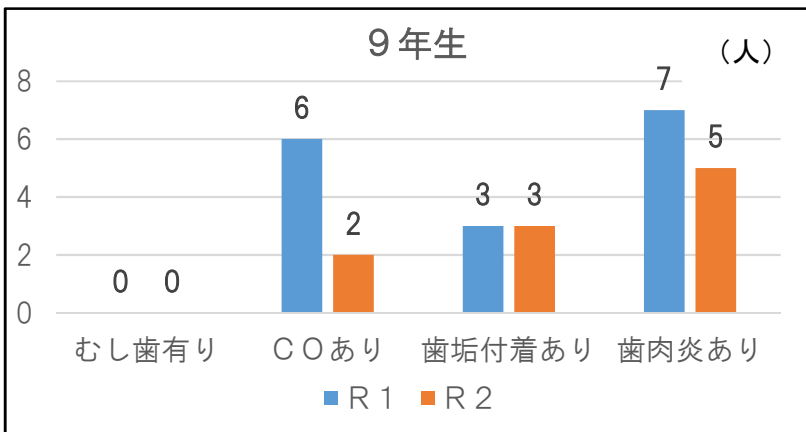
### 【結果より】

7年生については、昨年度より歯肉炎ありの生徒が少なくなったので、改善がみられます。また、9年生についても改善がみられ、COあり・歯肉炎ありの生徒が少なくなりました。

後期課程において、口腔の健康で気をつけるべきことは「歯肉炎」です。歯肉炎は年齢が上がるにつれて多くみられるようになり、前期課程の高学年から少しずつ増えていきます。歯肉炎がさらに進むと「歯周病」となり、やがて歯を支える骨が溶け、歯が抜け落ちたり、糖尿病や動脈硬化といった病気につながったりすることがわかっています。



歯肉炎を防ぐには、ズバリ「歯垢をとる歯みがき」です！それは、歯肉炎の原因は、歯垢の中にある菌だからです。ただ歯みがきをするのではなく、「歯肉炎を予防するために、歯に付いた歯垢をとる！」と意識して歯みがきをしましょう。歯肉炎は、自分の意識・行動次第で予防でき、また、歯肉炎になっても自分で治せるものです。ぜひ、毎日の歯みがきの意識を変えてみましょう！



### ☆歯みがきは新型コロナウイルス感染症予防、重症化予防にもなる！？☆

口腔内に菌がたくさんいると、ウイルスの感染力が増加します。また、菌がたくさんいて口腔内の衛生状態が悪いと、免疫力が低下します。丁寧な歯みがきをして口腔内の菌を減らすことで、新型コロナウイルス感染症予防にもつながるのです！