

ほけんだより

谷原中学校
保健室臨時号
26、11、26



日時と場所 11月27日(木)8:45から保健室で行います

対象者

むし歯、歯肉炎を治療していない生徒



むし歯は口臭の原因になります・・・

★1年生から順番に行きます。呼ばれたら、対象者の人だけ、クラスごとにまとまって保健室に来てください。



ひどい歯肉炎
歯が抜け落ちる寸前

歯周病が原因で起こる病気は恐ろしい・・・

むし歯や歯肉炎などを放置した場合、長い時間をかけて歯周病になっていくことが多いです。歯周病で歯が抜け落ちたりすることで「好きなものが食べられなくなる」「うまく話せない」「顔の印象が変わる」などの影響があることはみなさんも知っていると思います。最近では、研究が進んで、歯周病が全身の命に関わる病気を引き起こす事が分かってきました。このプリントが配布された人は特に知っておいて欲しい事です・・・

★心筋梗塞・脳梗塞・・・しんきんこうそく心臓や脳のうこうそくの血管がふさがって血液が流れなくなり、死に至ることもある病気です

歯周病の原因菌が刺激となって、動脈硬化（血管の内側にかたまりができる）を誘導する物質が出て、血管内にかたまりをつくります。血液の通り道が細くなり、それが心臓で起これば心筋梗塞。そのかたまりが血流ではがれて脳でつまったら、脳梗塞です。どちらもとても怖い病気です。

★糖尿病の悪化とメタボリック・・・血液中の糖分のコントロール不能になる

谷原中生384人、今は全員糖尿病ではないのですが、何十年後この中にも糖尿病になる人がでてくるでしょう。そのぐらい日本人の糖尿病患者は多くいます。歯周病菌は腫れた歯肉から簡単に血管の中に侵入して全身に回ります。歯周病菌は体の力で死滅しますが、歯周病菌の死骸の持つ内毒素は残り悪い影響を及ぼします。その内毒素が、血糖値を下げるホルモン（インスリン）の働きを邪魔してしまうのです。糖尿病は目が見えなくなったり、足の指が壊死（くさってもげる）したりする恐ろしい病気です。また血糖値が高いままの状態では肥満、メタボリック症候群になりやすいのです。

★関節炎や腎炎・・・**関節や腎臓（血液をきれいにする器官）に細菌が入って病気が起きます。**

歯肉は体の表面のように皮膚でおおわれていないので、細菌がすぐに血液中に入りやすいところです。歯肉炎がひどくなって腫れているとますますそこから細菌が侵入しやすくなり、体の大事な器官に炎症を起こすのです。免疫力が下がっている時は炎症がひどくなり、命の危険もある怖い病気につながります。

高校を卒業したら、歯科検診はありません。自分で歯医者へ行くしかむし歯や歯肉炎は発見できません。こんなに、しつこく、何回も「歯を治しましょう」と言われるのも中学校までです。だから何度も言います。

歯医者へ行ったけれど、面倒になって途中でやめてしまった人・・・

歯医者さんは怖いから絶対行かないと決めている人・・・

むし歯なんて興味がない人・・・

明日は、歯科校医の清水先生が検診をします。自分の口の中の状態を知って、気持ちが動いてくれることを期待しています。

