

# あなたの歯は大丈夫？

## 歯のことで悩みはありませんか？

### かかりつけの歯医者さんをつくりましょう

健康寿命を延ばすためには、まずは歯の健康を守ることが重要です。そのためにも定期的な歯科健診を受け、虫歯や歯周病予防のためのかかりつけの歯医者さんをつくっておくことが大切です。

市民保健センターでは休日でも応急の歯科診療を行っています。また、歯科医師による歯科相談も行っていますのでご利用ください。

### 休日応急歯科診療

- 時 日曜、祝日、お盆(8月15日)、  
年末年始(12月30日～1月3日)  
10:00～12:00、13:00～17:00
- 問 休日応急歯科診療所
- TEL 06-6992-2217

# 健診を受けましょう！



### 歯科相談

- 時 第2・第4日曜日
- 場 市民保健センター1階休日応急歯科診療所
- 問 守口市歯科医師会
- TEL 06-6995-2888

## 定期的な健診ではどんなことをするの？

### 虫歯のチェック

虫歯は、歯と歯の隙間のような見えないところにできやすいのでチェックしてもらいましょう。

### 歯ぐきのチェック

歯の周りのポケットが深くなっていると、歯周病の原因となります。ポケットの深さを測ってもらいましょう。

### 粘膜の病気チェック

舌、唇、頬などの粘膜にできる炎症はお口の中やその周りに原因があるものと、全身的な原因があるものとがあります。

また、口腔がんなどの病気の可能性もあります。普段からお口の中を清潔に保ち、定期的に歯医者さんでチェックしてもらいましょう。

### 歯垢の染め出しチェックとブラッシング指導

歯垢(プラーク)は虫歯や歯周病の原因となります。しかし、これをきれいに取り除くことは難しいです。普段の歯磨きで、どこに磨き残しがあるか歯垢の染め出しによるチェックをしてもらいましょう。

また、正しい磨き方はその人の歯並びや磨き方の癖など、一人一人違うものです。あなたに合った、歯ブラシ、フロス、歯間ブラシなどの正しい使い方を、歯医者さんの指導を受けましょう。

### 歯垢や歯石を取る

歯ブラシでの磨き残しの歯垢は虫歯や歯周病の原因となりますが、唾液中の無機質が沈着して歯石になります。

歯石は自分で取り除くことが困難ですので定期的に歯医者さんに取ってもらいましょう。



配慮が必要な人へ

# 高齢者訪問歯科

# 障害者(児)歯科診療

## 在宅寝たきり訪問歯科健診事業

在宅寝たきり高齢者の訪問歯科健診を行っています。また、高齢者に限らず歯科医院への通院が著しく困難な市内在住者、市内各病院に入院中の入、各施設入居者にも対応しています。

対応する歯科医師、歯科衛生士には在宅歯科診療に必要な研修や各種器具の貸与をしています。あらゆる市民の口腔領域の問題へ対応できるように努めています。

申守口市歯科医師会ホームページより  
申込用紙をダウンロードし、記入の上、事務局まで  
FAX 06・6998・3762



歯を残すだけでなく、どう生かしているかが重要

高齢者訪問歯科においても、お口の中を見てから、すぐに治療できるかは限りません。

からだの筋肉が弱ってお口が開きにくい場合や、お口を触ると痛いと言っている患者さんもいます。そういう場合はからだのマッサージから始めます。その後お口の筋肉が正常になってようやく、治療に取りかかることができます。

歯は残っていても機能し、しっかりと噛むことができないと意味がありません。その人が食事できるようにするには何をしたら良いのかを考えます。高齢者は、歯を残すことだけでなく、残された歯にどう向き合っていくか、どう生かしていくかを考えることが重要です。



訪問で使用する持ち運び可能な切削・吸引機材

「あおば歯科診療所」は、平成13年8月より歯科診療にあたり、特別な配慮が必要な障害のある人のニーズに配慮する場と機会をつくることを目的として開設されました。

歯磨きからはじまるコミュニケーションシオンづくりを大切に、誰もが楽しんで食べる喜びを得るように支援します。スタッフは、専任の会員と歯科衛生士が勤務しています。

症状が特になくても健診をかねて一度受診してみてください！



丸い部分が回転する  
上下に高さを調節できる

診察台はどのような人でも座れるよう、上下左右どちらにも対応できる可動式になっています。



スピットン(うがいをするボウル型の洗口装置)は取り外せるため、前かがみにならなくても、うがいができます。

時 毎週水・木・土曜の午後からの予約制です。  
場 市民保健センター1階障害者歯科診療所  
申・問 あおば歯科診療所  
TEL 06・6992・2223