

〔6月の健康診断〕～自分の身体の状態を知ろう。～

内科検診 りふの内科クリニック 内科校医 宮田正弘・中山恵輔 先生

6月15日(月) 13:00～ 1年(1・2・1・7・5)

6月16日(火) 13:00～ 1年(1・6・4・3) + 未検者(3・2・1年)

耳鼻科検診 せせらぎ耳鼻科 耳鼻科校医 志賀伸之 先生

6月25日(木) 13:00～ 1年次のみ

眼科検診 仙塩利府病院 眼科校医 鈴木道子 先生

6月26日(金) 13:00～ 1年次+未検者(2・3年)

※6月下旬「色覚検査」希望調査をします。後日配布されるプリントを読んで下さい。



～健康診断の結果について～

尿検査結果 (全員) …『二次検査』が必要な生徒に対してはすでに連絡をし、5月22・27日に検査をしました。連絡がない生徒は「異常なし」です。

なお、二次検査の結果については、該当者へ今後連絡します。

結核検診結果 (1年) …精密検査が必要な生徒には連絡済みです。

連絡のない人は「異常なし」です。

循環器検診結果 (1年) …4月に検査を受けた生徒に対しては通知書を配布しました。

再検査の連絡を受けた人は、できるだけ早期に受診をお願いします。
今後の学校生活を送る上でとても重要なことです。

眼科検診結果 (2・3年) } 病院での受診が必要な生徒に対して「受診勧告書」を渡して

内科検診結果 (2・3年) } ありますので、出来るだけ早めに専門医での受診をお願いします。
連絡がない場合は「異常なし」です。

歯科検診結果 (全員) …後日、むし歯や歯周疾患で歯科医受診が必要な生徒に「受診勧告書」を渡しました(250名)。できるだけ早めに受診をお願いします。
通知がない人は、今のところ問題ありません。

学校歯科医の先生より
歯科検診結果について

※裏面プリント参照

歯肉炎・歯周炎が多かったので、通院しブラッシング等をしてください。重症な「むし歯」は少ないようですが、むし歯や歯肉炎が改善されていない人もいます。

スポーツ選手は『歯』が大事です。早めに通院してください。

視力検査結果 (全員) …視力検査の結果C・D判定の人には「受診勧告書」を配布済みです。
できるだけ早めに受診をし、報告書の提出をお願いします。

★**災害共済給付について**…高校総体も終わりました。部活動等でケガをして病院受診等をしている場合は、医療費の申請ができますので、保健室に連絡をお願いします。
(授業中や部活動において「熱中症」で病院受診した場合も適用になります。)

歯を守ることは全身を守ること!!?

みがき残した歯垢（プラーク）が引き起こす**歯周病**。

実は、歯や歯ぐきに留まらず、全身の健康を脅かすリスクがあることが分かっています。

歯周病は
歯ぐきから広がり
全身をむしばむ

歯周病によって歯ぐきが炎症を起こすと、歯や炎症によって生じた物質（炎症性物質）が歯ぐきの血管やリンパ管に入りこみます。そして全身へ運ばれ、様々な悪影響を及ぼすのです。

脳：認知症

歯周病で歯を失って噛む刺激が減ることで、脳の働きが衰える

肺：肺炎

口の中で増えた細菌が唾液にまじり、それが誤って気道に入ると肺で炎症を招く

子宮：早産・低体重児出産

炎症性物質が胎盤に付着すると、子宮収縮作用のある物質の分泌を促す

脳：脳梗塞

心臓：狭心症・心筋梗塞

歯が生じた毒素や炎症性物質が動脈硬化を引き起こし、血管が詰まりやすくなる

すい臓：糖尿病

炎症性物質が、血糖をコントロールする働きを妨げる

骨：骨粗しょう症

炎症性物質が、骨密度の低下を招く細胞を活性化させる

歯周病は予防できる病気です。

予防の基本は歯垢をためないこと。毎日のセルフケアと歯科医院での定期的なプロケアを組み合わせることが重要です。

セルフケア

毎日みがいても、正しくみがけていなければ汚れは残ってしまいます。今日から次の3つを意識してみましょう。

☑ 鉛筆を持つように
軽くにぎる



☑ 小刻みに動かして
1本1本みがく



☑ 鏡で汚れを
確認しながらみがく



プロケア

歯のクリーニング

歯みがきは予防の基本ですが、自分では届きにくい箇所もあります。歯垢が歯石になると自分では落とせません。でも、歯科医院ならきれいに取り除けます。



歯みがき指導

口の中の状態は一人ひとり異なります。自分の歯並びなどに合わせたみがき方のコツを知ること、いつものセルフケアがさらに効果的なものになります。



3カ月から1年を目安に受診しましょう