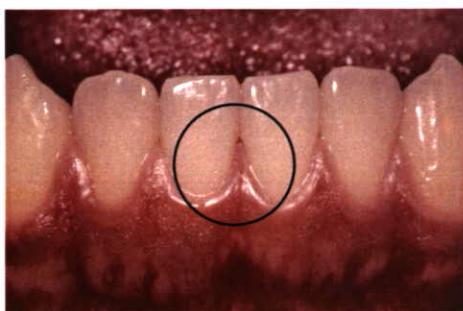


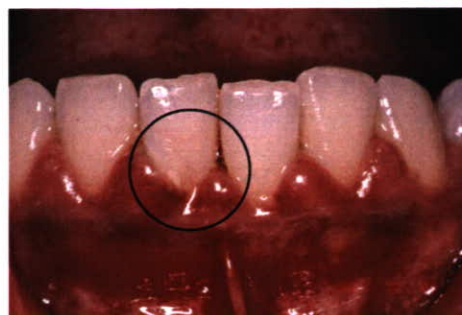
## 歯肉（歯ぐき）

### a. 健康な歯肉



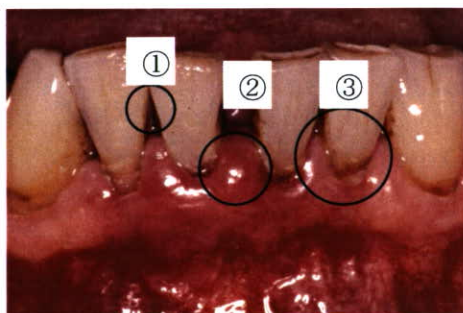
- ①歯と歯の間の歯肉はとがった三角形の形をしている。
- ②歯肉の色は明るいピンク色で引き締まっている。
- ③指で押してみると、弾力があり出血しない。

### b. 歯肉炎（初期の歯周病）



- ①歯と歯の間の歯肉は丸みをおびている。
  - ②歯肉の色は赤く、腫れている。
  - ③指で押してみると、やわらかく出血しやすい。
- 歯みがき指導を受ける必要がある。

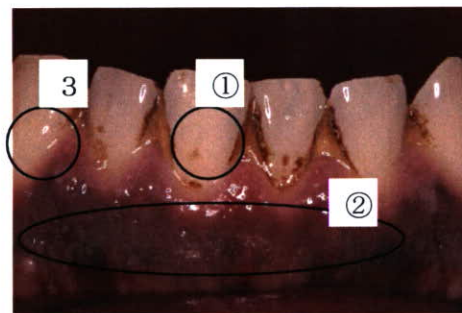
### c. 歯周炎（進行した歯周病）



- ①歯と歯の間の歯肉はさがって三角形のすきまができています。
- ②歯肉の色は赤く腫れている。
- ③歯肉が下がって歯の根が見えている（歯が長くなったように見える）。
- ④指で押してみると、やわらかく出血しやすい。膿が出ることや歯がぐらぐらすることもある。

**精密検査が必要**

### d. 喫煙者の歯肉

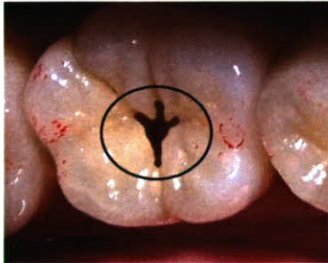


- ①歯に色がついている。
- ②歯肉が黒くなっている。
- ③タバコに含まれる成分の影響で、歯肉の赤みが少なく、腫れが目立たない。歯肉からの出血も少ない。
- ④気がつかないうちに重症の歯周炎になることが多い。

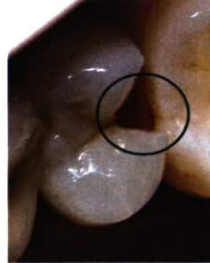
**精密検査が必要**

## むし歯

むし歯になりやすいところは奥歯の溝、歯と歯の間、歯と歯肉の境目です。口の中をペンライト等で明るくすると見つけやすくなります。



奥歯の溝のむし歯



歯と歯の間のむし歯



歯と歯肉の境目のむし歯

上記のようなむし歯が疑われたら、精密検査が必要

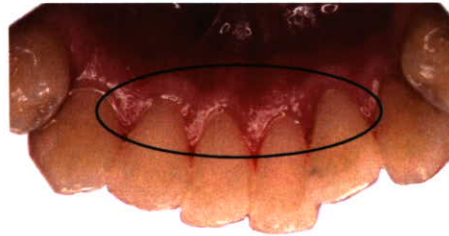
## 歯石

下の前歯の裏側の歯と歯肉の境目が一番歯石が付きやすいところです。上の大きい奥歯の表側の歯と歯肉の境目も歯石が付きやすいところです。口を大きく開けてペンライト等で明るくすると見つけやすくなります。歯を舌でさわったときのざらついた感じで、歯石がついているのがわかります。歯石がついていると汚れがとれにくくなって、歯肉も腫れやすくなります。歯石は歯みがきではとれません。

### 下の前歯の裏側



歯と歯肉の境目に歯石がある。歯肉が赤く腫れている。

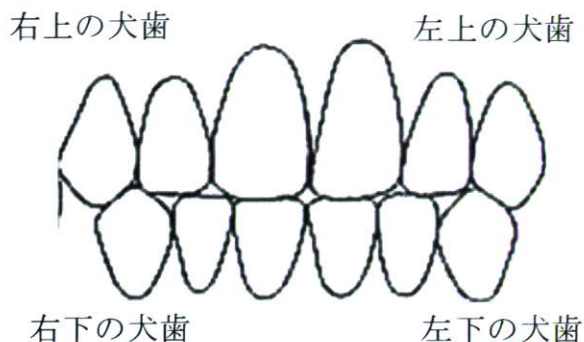


歯石を取って丁寧な歯みがきを続けた結果歯肉の腫れが直り、ピンクの歯肉に

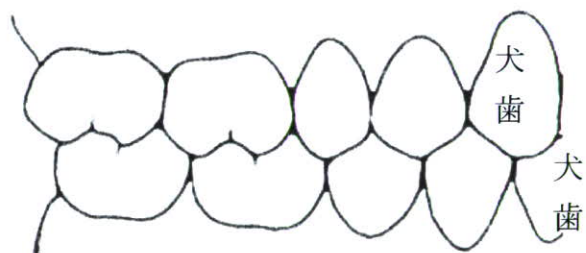
精密検査が必要

## 口腔内の現在歯数の確認方法

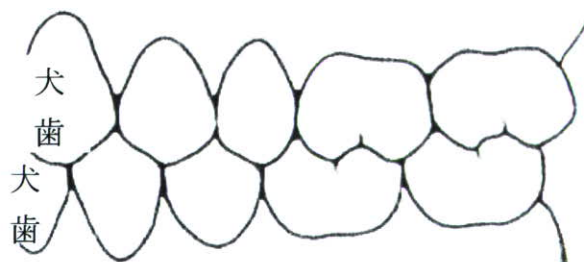
入れ歯をお持ちの方は外していただき、「い」の口をしてもらいます。下の写真のように歯がすべてそろっている状態では、犬歯（糸切り歯）から犬歯の間に、上下それぞれ6本ずつ歯（前歯）が見えます。



次に、「い」の口をしたまま右側の唇の端（口角）を内側から引っ張ってみてください。すべての歯がそろっている状態では、犬歯（糸切り歯）の後ろに上下とも4本の歯（臼歯）が見えます（親知らずがある方では5本の場合があります）。



今度は左側の唇の端（口角）を引っ張ってみてください。同じように、すべての歯がそろっている状態では、犬歯（糸切り歯）の後ろに上下とも4本の歯（臼歯）が見えます（親知らずがある方では5本の場合があります）。



## 歯の数とかみ合わせによる要精密検査の判定

歯の数は親知らず（智歯）を除くと 28 本です。表 1 は性別・年齢階級別の歯の数の平均値です。

1. 歯の数が 20 本未満で入れ歯やブリッジ、インプラントで左右の奥歯のかみ合わせが回復されていない場合は**要精密検査**です。歯科医院の受診を勧めてください。
2. 歯の数が 20 本未満であっても、入れ歯やブリッジ、インプラントで左右の奥歯のかみ合わせが回復され、歯肉が健康な場合は、**要指導**です。歯周病が疑われる場合は**要精密検査**です。歯科医院の受診を勧めてください。
3. 歯の数が 20 本以上であっても、片方の奥歯だけしかかみ合わせがない場合は**要精密検査**です。歯科医院の受診を勧めてください。

表 1

性別年齢階級別の歯数

年齢階級 (歳)	総数	男	女	年齢階級 (歳)	総数	男	女
40～44	27.5	27.6	27.4	65～69	18.3	19	17.8
45～49	26.4	26.3	26.4	70～74	15.2	15.3	15
50～54	24.8	24.4	25.1	75～79	10.7	11.9	9.8
55～59	23.6	23.7	23.5	80～84	8.9	10.6	7.8
60～64	21.3	21.7	21	85～	6	7.3	5.3

平成 17 年歯科疾患実態調査より

## かみ合わせの確認方法

入れ歯を使用している場合は入れ歯を入れた状態で確認します。左右の奥歯（臼歯）の咬みあわせはそれぞれ 4 カ所で合計 8 ヶ所です。



上の奥歯が無く、奥歯が咬み合っていない 上に入れ歯が入って、奥歯が咬み合っている