

口の中を観察してみよう

歯は何本あるかな？

- ◆ 歯の本数を数えてみよう。



あなたの歯の本数は

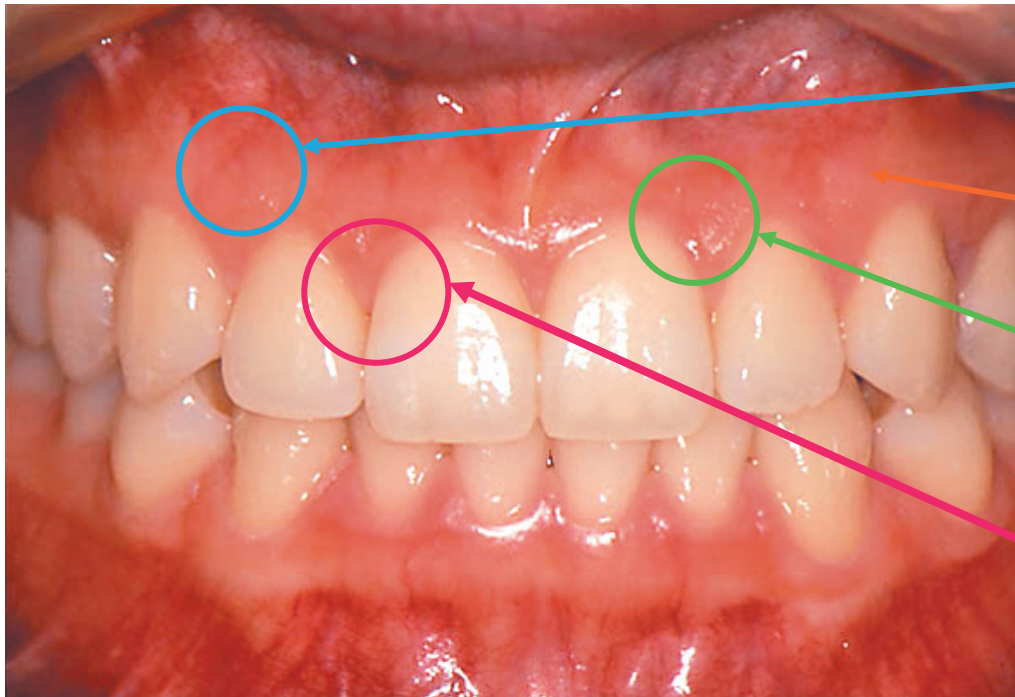
_____ 本

歯肉は大丈夫かな？

- ◆ 歯肉を見てみよう。

色 ()
 感触 ()
 形 ()
 出血 ()

健康な歯肉



うすいピンク色

引きしまり
 弾力がある

ミカンの皮のように
 プツプツしている
 ステッピング
 といいます

歯と歯の間が
 三角の形に
 とがっている

歯肉炎とは？

しっかり歯みがきできていないと、歯と歯肉の境目などに“歯こう”が残ります。



歯こうは、細きんのかたまりです。細きんが作り出す毒素によって、歯肉に炎症がおき、歯肉炎になります。



資料提供：愛知学院大学歯学部小児歯科学講座

歯肉炎の見分け方

- ・濃い赤色や赤むらさき色をしている
- ・はれてプヨプヨしている
- ・丸くふくらんで厚みがある
- ・歯みがき程度の軽い刺激で出血する



歯肉のはれ

歯肉から出血

口臭 (口におい)

歯肉炎は、ていねいに歯みがきをして歯こうを取り除けば改善していきます。

自分に合った歯みがき方法を工夫しましょう。