

ほけんだより

秋田県立秋田西高等学校保健室
2017年 6月9日 No.3



4月から2ヶ月余りが過ぎ、早くも衣替えの季節を迎えました。学校生活は充実しているでしょうか。前期中間考査、そして西高祭へと時が進んでいきます。一日一日を大切に、元気に過ごしていきましょう。大事に過ごした時間の積み重ねが、すばらしい宝物になります。振り返った時に何が残っているか、楽しみです！

今年度の歯科検診結果(5/10実施)

5月10日(水)に実施した歯科検診結果は、右の表のとおりです。

う歯(虫歯)になったことがある

「り患者」は全体で 267 人(52.0%)、「う歯なし(虫歯)なし」は 246 人(48.0%)で、う歯(虫歯)のない人が、年々増加傾向にあります。



H26 : 31.8%
H27 : 35.8%
H28 : 44.1%

う歯(虫歯)はさまざまな努力で、全国的にも大きく減少してきました。

そして近年、子どもの歯と口の新たな問題としてあげられているのが、歯肉炎をはじめとする歯周病です。

中高生でも歯肉炎にかかる人が増加してきています。本校も例外ではなく、150人(29.2%)が「要観察」または「要精検」と判定されました。

検診をしていただいた学校歯科医からも指摘を受けています。

項目	学年性別		1年		2年		3年		小計		合計
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	
受検者	72	103	69	98	68	103	209	304	513		
未処置者	16	14	16	29	10	21	42	64	106		
処置完了者	12	35	15	17	30	39	57	91	148		
り患者	30	52	33	50	42	60	105	162	267		
う歯(虫歯)なし	42	51	36	48	26	43	104	142	246		
歯咬列合	要観察	19	24	11	22	15	28	45	74	119	
	要精検	9	7	9	9	5	7	23	23	46	
顎関節	要観察	3	6	2	9	3	11	8	26	34	
	要精検	1	1	0	1	1	4	2	6	8	
歯垢	若干付着	27	17	16	23	20	17	63	57	120	
	相当付着	9	9	15	9	5	13	29	31	60	
歯肉	要観察	23	19	16	25	23	25	62	69	131	
	要精検	5	0	7	2	4	1	16	3	19	

歯周病の主な原因 → 歯と歯肉の間にたまる歯垢(プラーク)や歯についた歯石



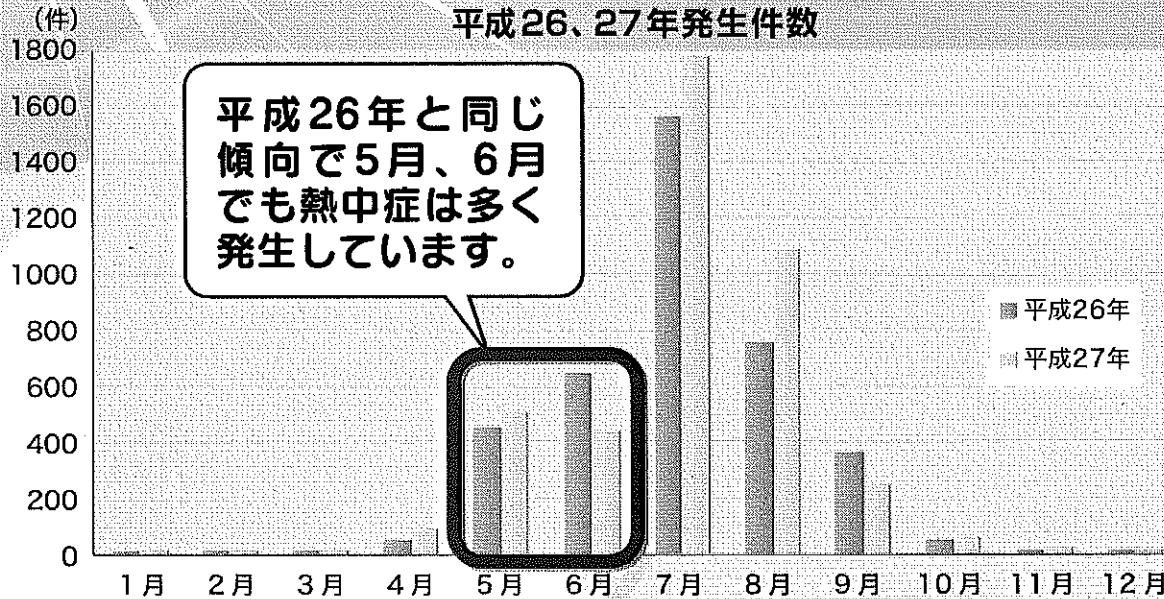
「相当付着」と判定された人が、なんと60人も！

歯をきれいにするのはもちろんですが、歯を支えている「歯肉」も含んで、しっかりとケアをしていくことは、今後のためにも非常に大切なことです。(これからの数十年を考えて！)

歯周病は、進行すると脳や血管、心臓などさまざまな病気につながる事がわかってきています。う歯(虫歯)予防や治療とともに、口腔全体の健康に関心を持ち、常に良好な状態を保つようにしてください。

そろそろ熱中症に注意が必要な時期
裏面は「スポーツ振興センター」HP掲載の熱中症予防リーフレット

夏が来る前から 急に気温や湿度が上がった時なども 熱中症は発生しています!



平成26年と同じ傾向で5月、6月でも熱中症は多く発生しています。

■平成26年
□平成27年

全学校種別(幼稚園・保育所等含む)
平成26、27年度災害共済給付データ医療費より

室内活動でも要注意

●事例紹介●

バスケットボール部活動で、ゲームをしていた。走っていたところ、突然、激しい頭痛を訴えた。

(発生月：6月 中3・男子)

ラグビー部の練習中、当日は気温も高く、マネージャーとして選手への給水に気を配っていた。しかし、自分の水分補給を怠っており、練習後の片付けの途中で倒れこんだ。

(発生月：5月 高1・女子)

平成26、27年度災害共済給付データ医療費より抜粋

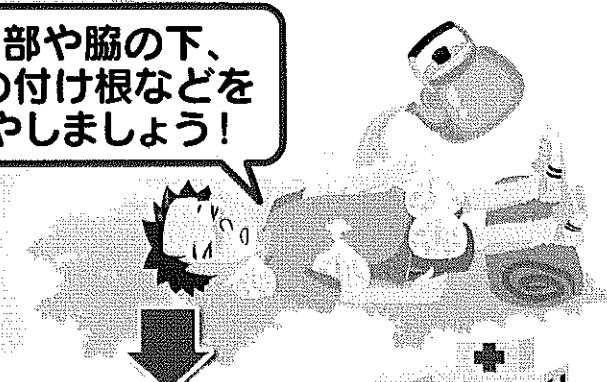
熱中症予防の原則

- ① 環境条件に合わせた運動、水分補給を行う。
- ② 暑さに徐々に慣らす。
- ③ 個人の条件を考慮する(暑さに弱い、体力が低い、肥満傾向など)。暑さの感じ方は人それぞれ異なる。
- ④ 服装に気をつける。
- ⑤ 具合が悪くなった場合は早めに運動を中止し、必要な処置をする。

もし、熱中症がおきてしまったら

- ① 涼しい場所へ移動させる。
- ② 水分を補給する。
- ③ 衣服をゆるめ、体を冷やす。

頸部や脇の下、足の付け根などを冷やしましょう!



症状が改善しない場合はすぐに病院へ!

