

更新

追加

更新

更新



お口の健康チェック表 おだいじに

お名前

年 月 日
さま おとこ おんな
様 男・女 歳

お口の健康管理にはセルフケアも大切です

わく内のあてはまるところに をしてください

歯みがきについて 朝起きたとき 食事の後(朝 昼 晩) 寝る前

歯ブラシ 1回 フロス(糸ようじ)
音波歯ブラシ 分位 歯間ブラシ 毎日 時々

間食されますか? いいえ 定期的 不規則 好きなもの

よく飲む飲み物 水 お茶 コーヒー 炭酸飲料 乳酸菌飲料 ジュース ビール

喫煙されますか? いいえ はい 1日に 本位 年 本

お身体について 高血圧症 糖尿病 心血管疾患 骨粗しょう症 脳こうそく
ぜんそく 呼吸器疾患 肝疾患(B・C・その他) 妊娠中(カ月)
その他() かかりつけ医療機関()

お薬について 服薬中 おくすり手帳 または お薬の説明書 を次回お持ち下さい。
お薬名()

むし歯や歯周病の治療、お口の動きを維持・向上させるトレーニングについて、ぜひ 裏面 もご覧下さい



お口の状態

良くなってきているところ
気をつけてほしいところ

- むし歯
歯石・歯垢
歯ぐきのはれ・赤み
深い歯周ポケット
歯を支える骨の減少・動揺

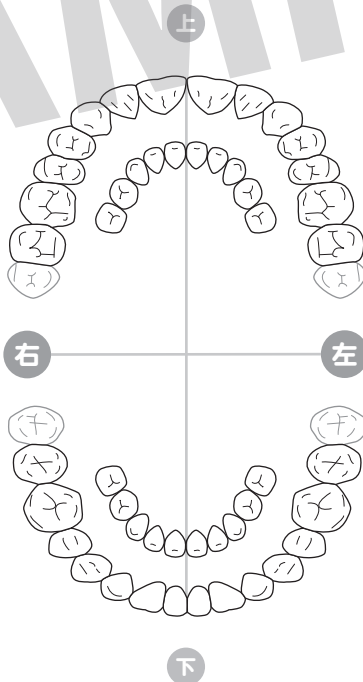
- 舌の力 乾燥 舌・唇の動き
咀嚼 衛生状態 かむ力
飲みこみ 偏食(好き嫌い)
発音 栄養 その他

実地指+口指導 口機能・小機能+歯リハ3



今後の治療

- むし歯
歯の神経の治療
かぶせもの
歯周病の治療
拔牙
ブリッジ・入れ歯
定期検診・フッ素塗布
口腔機能の維持・向上
その他



セルフケアのポイント

- 歯ブラシでていねいにみがいてほしいところ
みがき残しがあります
一番後ろの歯
歯と歯肉のさかいめ
歯と歯の間
歯間ブラシ、フロス、フッ素入り歯みがき剤、フッ素洗口をしましょう
キシリトールガムをかみましょう
食習慣(間食 飲み物)を見直しましょう
よくかんで食べましょう
舌や唇、発音や嚥下、唇閉鎖力のトレーニング、口腔体操、唾液腺マッサージを頑張りましょう
口腔保湿剤を使いましょう
禁煙をおすすめします

歯管(初回・継続) 口機能 小機能 P重防 SPT
実地指1 口指導 開始 時 分 終了 時 分
実地指2(1・2) 今後の治療は変更することがあります

歯科医師

歯科衛生士

更新

追加

更新

更新



お口の健康チェック表 おだいじに

お名前

年 月 日
さま 男・女 さい 歳

お口の健康管理にはセルフケアも大切です

わく内のあてはまるところに をしてください

歯みがきについて

朝起きたとき 食事の後(朝 昼 晩) 寝る前

歯ブラシ フロス(糸ようじ)

音波歯ブラシ 歯間ブラシ

回数: 1回 2回 3回 4回 5回

分位: 毎日 時々

間食されますか? いいえ 規則的 不規則 好きなもの()

よく飲む飲みもの 水 お茶 コーヒー 炭酸飲料 乳酸菌飲料 ジュース ビール

喫煙されますか? いいえ はい 1日に 本位 年 本

お身体について

高血圧症 糖尿病 心血管疾患 骨粗しょう症 脳こうそく

ぜんそく 呼吸器疾患 肝疾患(B・C・その他) 妊娠中(カ月)

その他() かかりつけ医療機関()

お薬について

服薬中 おくすり手帳 または お薬の説明書 を次回お持ち下さい。

お薬名()

むし歯や歯周病の治療、お口の動きを維持・向上させるトレーニングについて、ぜひ裏面もご覧下さい



お口の状態

良くなってきているところ
 気をつけてほしいところ

- むし歯
- 歯石・歯垢
- 歯ぐきのはれ・赤み
- 深い歯周ポケット
- 歯を支える骨の減少・動揺

舌の力 乾燥 舌・唇の動き

咀嚼 衛生状態 かむ力

飲みこみ 偏食(好き嫌い)

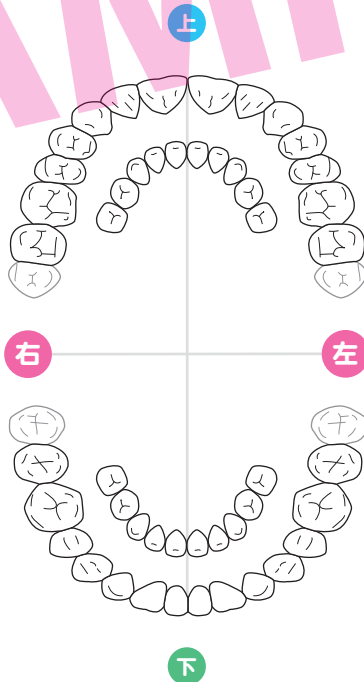
発音 栄養 その他

実地指+口指導 口機能・小機能+歯リハ3



今後の治療

- むし歯
- 歯の神経の治療
- かぶせもの
- 歯周病の治療
- 拔牙
- ブリッジ・入れ歯
- 定期検診・フッ素塗布
- 口腔機能の維持・向上
- その他



セルフケアのポイント

- 歯ブラシでていねいにみがいてほしいところ
- みがき残しがあります
- 一番後ろの歯
- 歯と歯肉のさかいめ
- 歯と歯の間
- 歯間ブラシ、フロス、フッ素入り歯みがき剤、フッ素洗口をしましょう
- キシリトールガムをかみましよう
- 食習慣(間食・飲み物)を見直しましょう
- よくかんで食べましよう
- 舌や唇、発音や嚥下、口唇閉鎖力のトレーニング、口腔体操、唾液腺マッサージを頑張りましよう
- 口腔保湿剤を使いましよう
- 禁煙をおすすめします

歯管(初回・継続) 口機能 小機能 P重防 SPT

実地指1 口指導 開始 時 分 ~ 終了 時 分

実地指2 (1・2) 今後の治療は変更することがあります

