

夏も終わり、いよいよ北海道の実りを  
楽しむ季節がやってきました。  
連休もあるしね。.

海の幸、山の幸を美味しく味わうため  
にも、日頃の歯のお手入れを忘れず  
に.....



## 定期検診をおすすめします

定期検診では、むし歯や歯周病など、ひと通りの検査をおこないます。

大人の場合は半年から1年に一度は定期検診を心がけましょう。

### 定期検診の流れ

- ①問診 --- 気になる所があれば伝えましょう
- ②お口のチェック --- 歯や歯肉の状態を検査
- ③レントゲン撮影 --- 目で見えにくい所もわかります
- ④診断 --- 診断の結果を説明



## 家庭で出来る歯の応急処置

### ◆歯が痛い

- ・うがいや歯ブラシで食べカスを取り除く。
- ・手のツボ「合谷（ごうこく）」を揉む。
- ・鎮痛剤を飲む（アスピリン、タイレノール、バファリンなど）

### ◆歯ぐきの出血・腫れ

- ・イソジン等の含嗽剤でうがいをする。
  - ・出血が続いても、歯磨きは続ける。
  - ・腫れが強い場合は冷たいタオルで冷やす。
- ⇒ 病気の最初の兆候ですので軽く見ないで下さい。  
この段階ならば、比較的容易に治ります。



### ◆歯が抜けた・欠けた・詰め物が取れた

- ・金属や仮歯、義歯の破片はできるだけ集め、捨てずに持参する。
  - ・抜けた歯は、ぬるま湯ですすいだ後、水を含んだガーゼに包むか、牛乳に浸けて、乾燥しないようにして持参する
- ⇒ 理想的には30分、遅くても2時間以内に受診することが望ましいといわれています。

### ※※ してはいけない事・注意 ※※

- ・甘いもの、熱いもの（飲食物）は取らない！
- ・患部を温めないようにする！
- ・薬の服用中はアルコールを飲まない！
- ・とれたものは接着剤で直さないこと！



これらはあくまでも応急処置です。できるだけ早く受診しましょう！

### フォース歯科

〒007-0813

札幌市東区東苗穂13条1丁目2-1

フリーダイヤル: 0120-130-554

<http://www2.snowman.ne.jp>

### ■ 診療時間 ■

月～金曜日 10:00～19:00

土曜日(第1,3,5) 10:00～16:00

休診日: 土曜日(第2,4)・日曜日・祝祭日

