

北海道歯科医師会
健口北海道「お口の健康度チェック」
プログラム 2009 ver. 1.
取扱説明書

平成 21 年 12 月

よい歯・歯肉は元気の入り口です。
健口北海道を創ろう!

社団法人 北海道歯科医師会

●概略・開発の意図

北海道歯科医師会では、健口北海道の一環としてイベントにおいて、唾液検査を実施し、「お口の健康度チェック」を行っています。このたび歯科医院用に開発したこのプログラム 2009 をリリースすることになりました。歯科医院において、齲蝕予防・歯周病予防のために行われている唾液検査の一助になれば、幸いと思っております。それぞれの歯科医院でオリジナルの健口チェックシート・レイアウト変更も可能です。

●動作環境

当アプリケーションは Microsoft Excel97-2003 で作成しています。Office2000 以降のバージョン (Office2000/2003/2007) をインストールしていれば動作することができます。また、OS は、Windows2000/XP/Vista で動作の確認をしています。^{*1.1}

●インストール

アプリケーションはひとつのフォルダにまとめて収納されています。「アプリケーション」フォルダを自身のパソコンにコピーして下さい。コピー先はどこでもかまいません。ただし、自身のパソコンではなくサーバにコピーして、そこから立ち上げるのは避けてください。

このアプリケーションは、複数のユーザから同時に起動できる仕組みにはなっておりません。あくまで単体で動作することを前提にしています。そのため、サーバ上で共有起動するとトラブルのもとになります。

●システムの構成

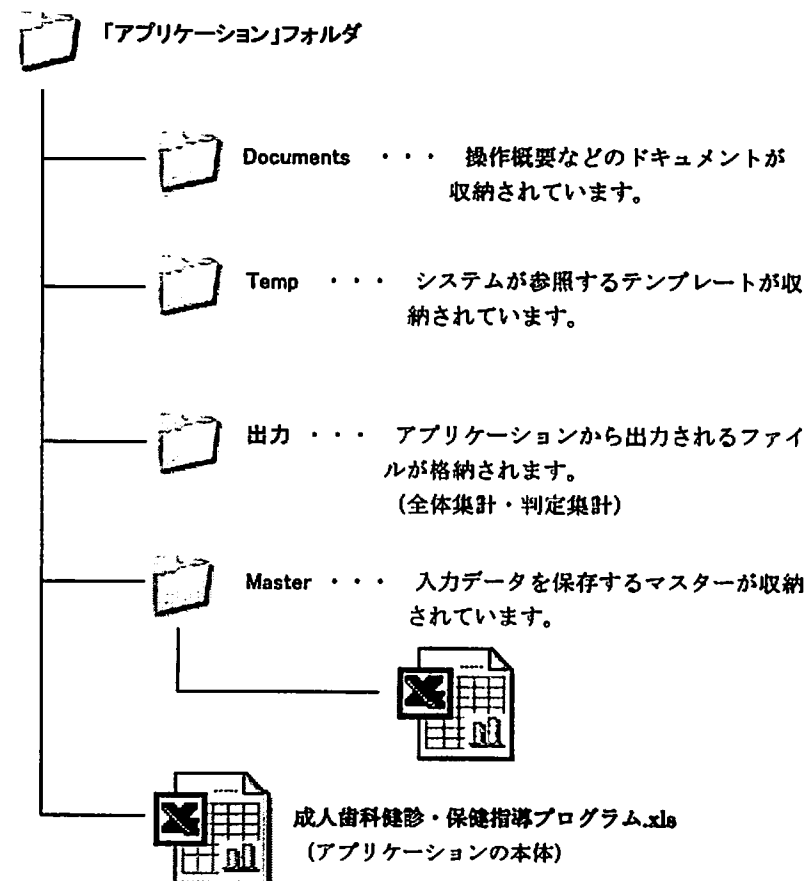
アプリケーションの本体は[お口の健康度チェック.xls]です。このアプリケーションで作成したデータは、そのデータごとに「名前を付けて保存」してください。ネットワーク上にある複数の端末にいったんデータを個別に保存してください。「患者氏名+生年月日」などの「名前を付けて保存」してください。^{*1.2}

^{*1.1} OS および Office のアップデート(SP)は、最新 (平成 21 年 8 月現在) のものとします。そのため、アップデートしていない環境も含めて、すべてを保障するものではありません。(Excel の機能を利用しているアプリケーションなので、Excel 自体のバグについては責任を負いかねます。)

^{*1.2} データそのものを入力フォーム(アプリケーション本体)に保存しているわけではありません。

また、データはリスト形式(データベース形式)で保存されます。そのため、保存されたデータは MySQL サーバやオラクル、Access などのデータベースソフトで汎用的に利用することができます。

同じアプリケーションを持つ 2 台のパソコンで片方のデータを参照する場合、アプリケーションフォルダ全体をコピーする必要はありません。



1. ダウンロード／アプリケーションの起動

●ダウンロード

本アプリケーションを北海道歯科医師会の Web サイト (<http://www.doushi.net>) からダウンロードして下さい。

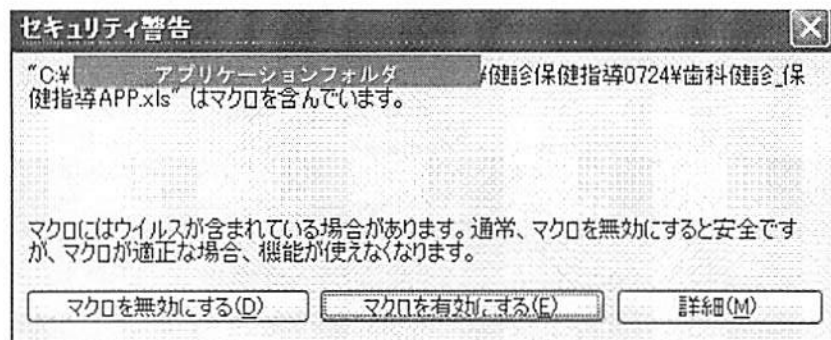
ダウンロードファイル名は「お口の健康度チェックプログラム ver1.0」であり、必ず、自身のパソコンにフォルダをコピーしてからご使用下さい。

●アプリケーションの起動

本アプリケーションの起動方法は、「アプリケーション」フォルダの中にある「お口の健康度チェック.xls」ファイルを選択し、実行して下さい。

本アプリケーションは Excel VBA を使用して作成してあります。アプリケーション起動時はマクロの問い合わせで、必ずマクロを有効にしてからご使用下さい。マクロを有効にしない限り、本アプリケーションのシステムは起動しません。

※Office2000/2003 のバージョンでは下記の警告ダイアログが表示されます。「マクロを有効にする」ボタンを押して下さい。(前提：セキュリティレベル「中」以下)



※Office2007 のバージョンでは、画面左上の  オフィスボタンをクリックしてから右下表示される「Excel のオプション」をクリック、さらに左側に表示されたメニューから「セキュリティセンター」をクリックします。



	インストール後—
信頼できる発行元	インストール済み
信頼できる場所	インストール済み
ActiveX の設定	インストール済み
ツールの設定	インストール済み
開発者向けのツールの設定	インストール済み
☐ VBA ツール以外のモジュールのロードを信頼する (V)	インストール済み

③ すべてのツールが有効にする (推奨しません。危険なコードが実行される可能性があります XE)

- ☐ ツールを無効にしたままにします。すべてのツールが無効になります (D)
- ☐ 警告を表示してすべてのツールが無効になります (D)
- ☐ 警告を表示せずにすべてのツールが無効になります (U)

信頼できる場所になし、インストールされたツールが信頼される場合:

ツールの設定

2

2. マクロ画面でのデータ入力

アプリケーションを起動した時、最初に表示される画面です。すべての操作はここから始まります。

1-1

新しくデータを作成する場合は、表示されたマクロ画面「お口の健康度チェック 入力1」の上部に表示されている「氏名」・「年齢」・「性別」・「記入年月日」・「郵便番号」・「住所」などの患者さんのデータを入力して下さい。

1-2

患者さんに記入していただいた「お口の健康度チェックシート」のデータの内、1 から 9 までのデータを「お口の健康度チェック 入力1」に入力してください。入力が終わりましたら、その「お口の健康度チェック 入力1」内の右下に表示されている「次へ」ボタンを押してください。「お口の健康度チェック 入力2」が自動的に表示されます。

1-3

引き続き、患者さんに記入していただいた「お口の健康度チェックシート」のデータの内、10 から 20 までのデータを「お口の健康度チェック 入力2」に入力してください。入力が終わりましたら、その「お口の健康度チェック 入力2」内の右下に表示されている「次へ」ボタンを押してください。しばらくすると「お口の健康度チェック 入力3」が自動的に表示されます。

お口の健口度チェック 入力3

氏名 道部太郎 年齢 60 性別 男性 記入年月日 2008年11月29日

〒 063-0062 住所 札幌市西区豊町南 電話番号 063-8149

唾液分泌量 ☒ 良い ☐ 普通 ☐ 悪い

RDテスト ☒ 良い ☐ 普通 ☐ 悪い

唾液緩衝能 ☒ 良い ☐ 普通 ☐ 悪い

唾液潜血テスト ☒ 良い ☐ 普通 ☐ 悪い

症状チェック ☒ 良い ☐ 普通 ☐ 悪い

生活度チェック ☒ 良い ☐ 普通 ☐ 悪い

印刷

1-4

しばらくして表示された画面は「お口の健口度チェック 入力3」です。

貴方の歯科医院で検査した唾液検査の結果をデータ入力していきます。

「唾液分泌量」「RDテスト」「唾液緩衝能」「唾液潜血テスト」「症状チェック」「生活度チェック」のそれぞれのデータについて「良い」「普通」「悪い」と表示してある左側の○部分をクリックしていくことでデータ入力が行えます。

入力が終わりましたら、その「お口の健口度チェック 入力3」内の右下に表示されている「印刷」ボタンを押してください。しばらくすると「お口の健口度チェック」の「あなたの健口度 判定結果」の印刷プレビュー が自動的に表示されます。「ズーム」ボタンをクリックして、印刷前に必ず確認してください。

あなたの健口度 判定結果

実施年月日 2008年11月29日

〒063-0062 札幌市西区豊町南

道部太郎 様

【唾液検査結果】

- 唾液の分泌量は、年齢・体質・服用している薬剤などによって違いはありますが、むしろ発症に大きな影響があります。
- 検査結果：普通
- あなたの唾液量は標準値です。
- むし歯にならないようお口の清掃に十分気を付け、定期健診によるケアも必要です。

【唾液緩衝能検査結果】

- 唾液緩衝能検査により、むし歯に限りやすさを試験紙の色の変化により知ることができます。
- 検査結果：良い
- 結果は良好です。さらにお口の健康を維持するようにしてください。

【RDテスト結果】

- 唾液中のウロチン性由（B、ヒュー・カイン由、乳酸性由）の量をレサオ・リ・色紙の発色で、うろチン性由を知ることができます。
- 検査結果：普通
- お口の中をきれいにして、歯がとぎやわらわらないように、常にお口の中を清潔にしましょう。

【唾液潜血テスト結果】

- 唾液中の潜血を測定することにより歯周病の可能性について知ることができます。
- 検査結果：良い
- 出血がみられませんが、これからも丁寧な歯磨きを心がけましょう。

総合所見

現在の口の中の良い状態が生活習慣を維持し、歯科疾患は生活習慣病ですから現在の状態を維持するために定期的な歯石除去と歯みがき方法の再確認を受けましょう。

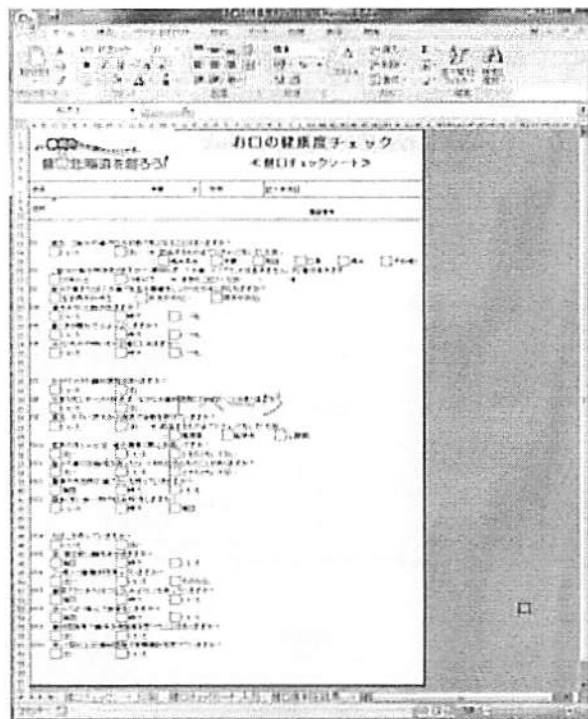
「あなたの健口度 判定結果」の印刷プレビュー画面です。

この画面で、貴方の歯科医院の「ロゴ」や「テーマ文言」などを自由に設定できます。この方法についてはつぎの項目2-1から説明していきます。

3. お口の健口チェックシート・レイアウト変更方法

2-1

ダウンロードした Excel ファイル「お口の健口度チェック」をダブルクリックしてください。前述のマクロ画面が自動的に表示された場合は、マクロ画面右上の「閉じるボタン」を押します。その状態で以下の画面が表示されているのを確認してください。



「健口チェックシート印刷」ワークシート

画面左下「健口チェックシート印刷」・「健口チェックシート入力」・「健口度判定結果」の三つのワークシートがあるのをクリックして確認してください。

それぞれのワークシートをクリックして、切り替わって表示されるか確認してください。「健口チェックシート印刷」はそのままプリントアウトしていただき、患者さんに記入して

いただくものです。記入していただいたデータの打ち込みは、このシートで行うのではなく、マクロ画面で行ってください。(2.マクロ画面でのデータ入力参照のこと。)



「健口チェックシート入力」ワークシート

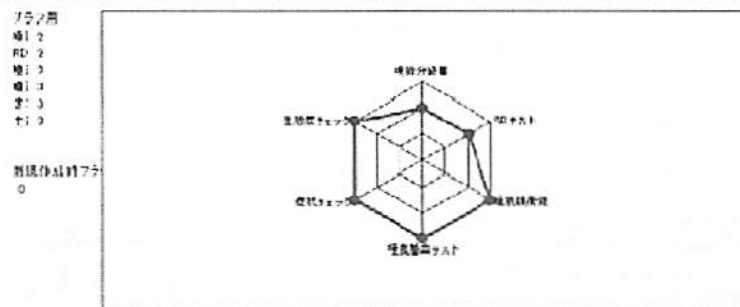
この三つのワークシートの内、真ん中にある「健口チェックシート入力」に関しては、パソコン経験が中級者でなければ、できるだけ触らずに使用してください。

マクロ画面で入力した事項が自動的にこの「健口チェックシート入力」のそれぞれの項目に入力されていくという仕組みになっています。

6

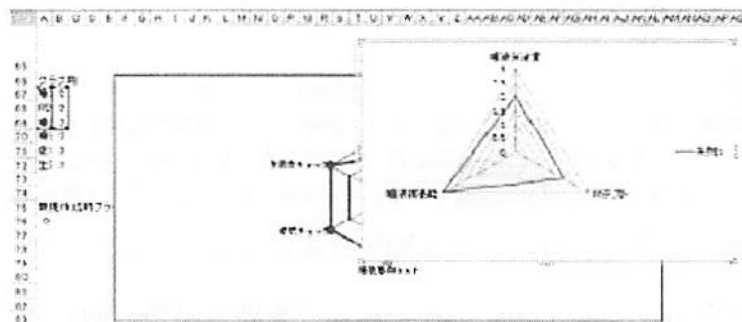
4. お口の健口チェックシート・マクロ設定変更方法

「健口チェックシート入力」ワークシート画面の A 列 67~72 行のセルをクリックしてください。A 列 67 行のセルには「唾液分泌量」という文字データが入力されています。A 列 68 行のセルには、「RD テスト」という文字データが確認できます。B 列 67 行には「2」という数値データが入力されています。つまり、「唾液分泌量」「2」というマクロ入力データがリレーション操作により、連動入力されているわけです。このように「唾液検査の六つの項目」が A 列 67~72 行に、それぞれの数値データが B 列 67~72 に入力されています。



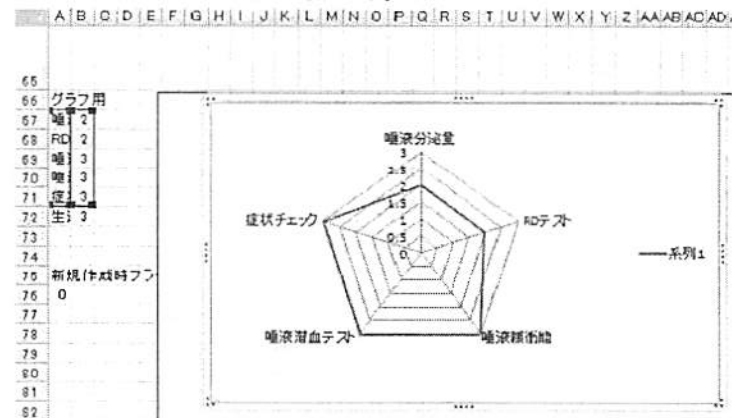
これらの検査項目の内、A67,A68,A69 のみの検査だけ実施してグラフを作る時は、これらの検査項目とそれぞれの数値をクリック・アンド・ドローでマウス操作を行い、選択します。

次に「挿入」ボタンを押し、「その他のグラフ」の中から「レーダー」を選択すれば、以下のようなグラフが画面上に表示されます。

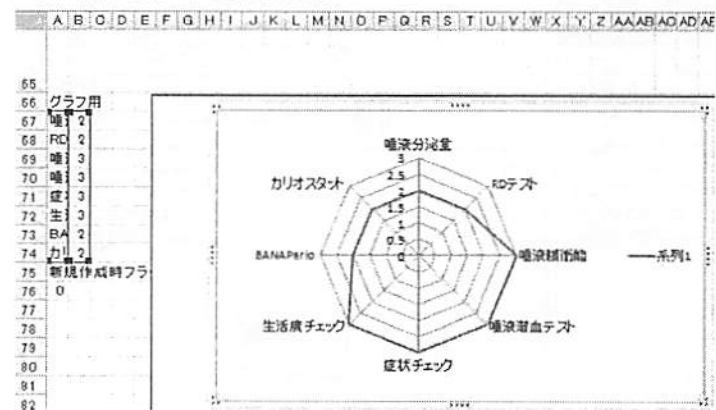


同じように A67,A68,A69,A70,A71 の 5 項目のみのグラフを作る時は、同じようにこれらの検査項目とそれぞれの数値をクリック・アンド・ドローでマウス操作を行い、選択します。

次に「挿入」ボタンを押し、「その他のグラフ」の中から「レーダー」を選択すれば、以下のようなグラフが画面上に表示されます。



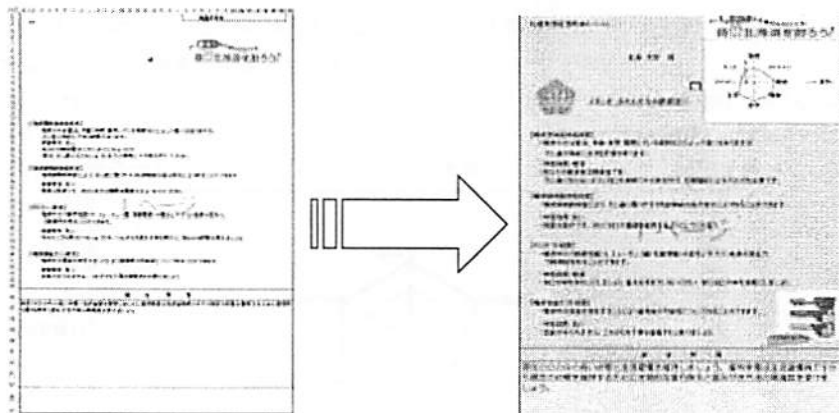
新たな検査項目と数値入力をグラフにしたい時には、A73 に BA NA 検査、A74 にカリオスタット検査を入力して、同じように A67,A68,A69,A70,A71,A72,A73,A74 の 8 項目のグラフを作る時は、同じようにこれらの検査項目とそれぞれの数値をクリック・アンド・ドローでマウス操作を行い、選択します。



「健口度判定結果」ワークシートにグラフを付けたり、背景色を変えたり、貴方の歯科医院のロゴを付けたしたい時は・・・

「健口チェックシート入力」ワークシート画面に表示されているグラフを「健口度判定結果」ワークシートに付け加えるには、以下の手順に従ってください。

表示されたこれらのグラフをクリックしてから、右クリックを行い、選択項目の中から「コピー」を選択します。「健口度判定結果」ワークシートに貼り付けると、患者さんに渡すシートにもグラフが印刷されるようになります。

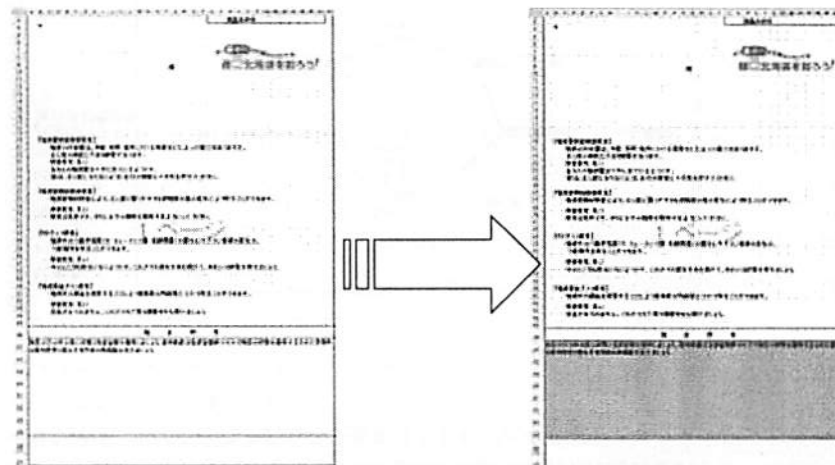


フォント・文字のサイズ・スタイルを変更してみよう。



「健口度判定結果」ワークシートに記載されている事項について、それらの各項目の「フォント・文字のサイズ」を変更する場合は、ワークシート上の変更を希望したい項目部分のひとつを左クリックの後、右クリックすると表示されるサイドメニューから「セルの書式設定」を選択します。「セルの書式設定」をクリックすると表示されるメニュー一覧から「フォント」を選択します。変更したい項目をクリックして指定してください。

背景色を変えてみよう。



「総合所見」の裏地の色を変更したい場合、同じように右クリックして「セルの書式設定」をクリックして、選択メニューの中から「塗りつぶし」を選びます。表示された背景色の中から気に入った色を選択すると、背景色が変わります。



左図では水色を選択した場合を表示しています。

貴方の歯科医院のロゴを付け足したい時

インターネット上に表示されている貴方の歯科医院のホームページからロゴを「健口度判定結果」ワークシートに付け足したい時には、そのロゴをクリックしてから、右クリックし

て「コピー」してから、「健口度判定結果」ワークシート」上任意のところに貼り付けてください。ただ「コピー」アンド「ペースト」していただければロゴなどを付け足すことができます。

●お口の健康度チェック 手書きバージョン

* パソコンを使用しない場合は、質問表と所見用紙をプリントアウトしご利用下さい。

【手順】

- 1) 受診者に質問表を渡し記入してもらう。
- 2) 受診者の年齢と歯数により使用する所見の用紙を決める。
(12～17歳の場合は歯数に関係なく同じ用紙を使用する)
- 3) 質問表と該当する所見用紙の2枚を横に合わせる。
- 4) 質問範囲A・B・C・Dのチェック数を数え、所見用紙の矢印に従い、
該当する場合は、各項目のA・B・C・Dを丸で囲む。
複数選択される場合は、「D」に近い所見を選択し丸で囲む。
- 5) 所見用紙を半分に切り、該当する部分を受診者へ渡す。

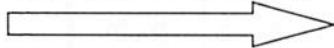
◆1～20の質問で、当てはまる項目に○をつけてください。

D: 網掛け部分

		回答欄①	回答欄②	
Q1	現在、ご自分の歯や口の状態で気になることはありますか	☐ いいえ	☐ はい	A
Q1-2	Q1で「はい」の場合、該当するもの全てに○をつけてください 1. 噛み具合 2. 外観 3. 発話 4. 口臭 5. 痛み 6. その他			
Q2	ご自分の歯は何本ありますか（かぶせた歯（金歯・銀歯）、さし歯、根だけ残っている歯も本数に含めます）本数もご記入ください（ ）本	☐ 20本以上	☐ 19本以下	
Q3	自分の歯または入れ歯で左右の奥歯をしっかりとかみしめられますか	☐ 左右両方がめる	☐ 片方がめない ☐ 両方がめない	
Q4	歯をみがくと血が出ますか	☐ いいえ	☐ 時々 ☐ いつも	
Q5	歯ぐきが腫れてぶよぶよしますか	☐ いいえ	☐ 時々 ☐ いつも	
Q6	冷たいものや熱いものが歯にしみますか	☐ いいえ	☐ 時々 ☐ いつも	
Q7	かかりつけの歯科医院がありますか	☐ はい	☐ いいえ	B
Q8	仕事が忙しかったり休めず、なかなか歯科医院に行けないことがありますか	☐ いいえ	☐ はい	
Q9	現在、次のいずれかの病気で治療を受けていますか ⇒該当するもの全てに○をつけてください： 1. 糖尿病 2. 脳卒 3. 心臓病	☐ いいえ	☐ はい	
Q10	家族や周囲の人々は、日頃歯の健康に関心がありますか	☐ はい	☐ どちらともいえない ☐ いいえ	
Q11	自分の歯には自信があったり、人からほめられたことがありますか	☐ はい	☐ どちらともいえない ☐ いいえ	C
Q12	普段、職場や外出先でも歯を磨きますか	☐ 毎回	☐ 時々 ☐ いいえ	
Q13	間食（甘い食べ物や飲み物）をしますか	☐ いいえ	☐ 時々 ☐ 毎日	
Q14	たばこを吸っていますか	☐ いいえ	☐ はい	C
Q15	夜、寝る前に歯をみがきますか	☐ 毎日	☐ 時々 ☐ いいえ	
Q16	フッ素入り歯磨剤（歯みがき剤）を使っていますか	☐ はい	☐ いいえ ☐ 分からない	
Q17	歯間ブラシまたはフロス（糸ようじ）を使っていますか	☐ 毎日	☐ 時々 ☐ いいえ	
Q18	ゆっくりよく噛んで食事をしますか	☐ 毎日	☐ 時々 ☐ いいえ	
Q19	歯科医院等で歯みがき指導を受けたことはありますか	☐ はい	☐ いいえ	
Q20	年に1回以上は歯科医院で定期健診を受けていますか	☐ はい	☐ いいえ	

●12～17歳(全ての歯数)

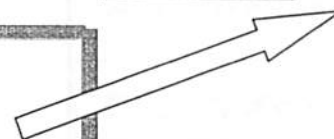
Aのチェック数
1個以上の場合の所見



A

むし歯や歯周病の歯が何本かあるかもしれません。甘いものの間食のあとの歯みがき不足があったり、生活のリズムが不規則になると、口の中の健康にも影響します。ときどき専門家の助言を受けましょう。

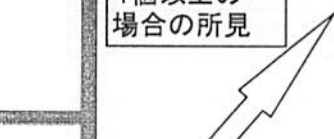
Bのチェック数
4個以上の
場合の所見



B

歯と口の健康を維持するための生活習慣や環境にやや物足りない点があるかもしれません。甘いものの間食のあとの歯みがき不足があったり、生活のリズムが不規則になると、口の中の健康にも影響します。これから社会に出て行く人々には、さわやかで健康な口元、口の中は欠かせません。予防のためにも定期健診と歯石除去、歯みがき方法の確認をときどき受けるようにしましょう。

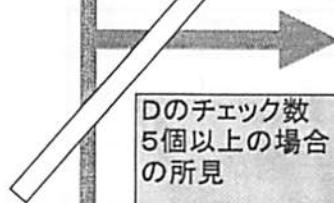
Cのチェック数
4個以上の
場合の所見



C

健康な歯で噛むことはこれからの生活のなかで必要であり一生の財産です。むし歯や歯肉炎がもしあれば軽いうちに治しておくことが歯の寿命を長くします。今何ともない歯でも、予防のために定期的に歯石を取ったり歯みがき不足のところの指導をときどき受けることが必要です。

Dのチェック数
5個以上の場合
の所見



D

むし歯や歯肉炎がありそうですので歯科医院を受診されることをお勧めします。歯はこれからの長い一生の財産ですので、むし歯や歯肉炎を早いうちにしっかり治しておくことが歯の寿命を長くします。また、今何ともない歯でも、予防のために定期的に歯石を取ったり、歯みがき不足のところの指導をときどき受けることが必要です。

●A・B・C・Dのいずれにも該当しない場合の所見

現在のお口のなかの良い状態と生活習慣を維持しましょう。歯科疾患は生活習慣病ですから、現在の状態を維持するために、定期的な歯石除去と歯みがき方法の再確認を受けましょう。

* 複数の所見が該当する場合は、「D」に近い所見を選択して下さい。

●18～39歳(25歯以上)

Aのチェック数
1個以上の
場合の所見

Bのチェック数
3個以上の
場合の所見

Cのチェック数
3個以上の
場合の所見

Dのチェック数
5個以上の
場合の所見

A

むし歯や歯周病の歯が何本かあるかもしれません。歯みがきの回数や時間が少なかったり生活のリズムが不規則になると、口の中の健康にも影響します。ときどき専門家の助言を受けるようにしましょう。

B

歯と口の健康を維持するための生活習慣や環境にやや物足りない点があるかもしれません。歯や歯ぐきの病気には、普段から予防を心掛けることによって重くならず済みます。定期健診と歯石除去、歯みがき方法の確認や生活習慣の指導をときどき受けることをお勧めします。

C

一本一本の歯を今から大事にすることによって、一生自分の歯でおいしく食べることができます。それには、むし歯や歯周病がもしあれば軽いうちに治しておくことが必要です。また、今何ともない歯でも、定期的な歯石除去や歯みがき指導を受けることで歯の寿命をさらに伸ばすことができます。

D

むし歯や歯周病がありそうですので歯科医院を受診されることをお勧めします。一生自分の歯でおいしく食べるには、一本一本の歯を今から大事にすること、むし歯や歯周病をしっかり治しておくことが必要です。また、今何ともない歯でも、定期的な歯石除去や歯みがき指導を受けることによって歯の寿命を伸ばすことができます。

●A・B・C・Dのいずれにも該当しない場合の所見

現在のお口のなかの良い状態と生活習慣を維持しましょう。歯科疾患は生活習慣病ですから、現在の状態を維持するために、定期的な歯石除去と歯みがき方法の再確認を受けましょう。

* 複数の所見が該当する場合は、「D」に近い所見を選択して下さい。

●18～39歳(24歯以下)

Aのチェック数
1個以上の
場合の所見

Bのチェック数
2個以上の
場合の所見

Cのチェック数
2個以上の
場合の所見

Dのチェック数
5個以上の
場合の所見

A

むし歯や歯周病の歯が何本かあるかもしれません。また自分の歯のないところが少しあって、全ての食品を十分には咬むことが出来ないかもしれません。甘いものの間食や食事の後の歯みがきが不足していたり、生活のリズムが不規則だと歯や歯ぐきの病気にかかりやすくなります。また左右両方の奥歯でよく咬めないと栄養摂取の効率も悪く全身の健康にも影響します。ときどき専門家の助言を受けるようにしましょう。

B

歯と口の健康を維持するための生活習慣や環境にやや物足りない点があるかもしれません。これからの長い人生の食生活のことを考えると、今ある自分の歯を一本一本大事にして、少しでも歯の寿命を伸ばし、また歯のないところには歯を入れて左右両方で咬めるようにすることが必要です。そのためには定期健診と歯石除去、歯みがき方法の確認や生活習慣の指導もときどき受けることをお勧めします。

C

歯のないところは歯を入れて左右両方でしっかり咬めるようにしておくことがこれからの全身の健康にとって非常に大切です。今ある自分の歯を長持ちさせ不自由のない食生活を送るためにも、定期的に歯石を取り歯みがき指導を受けて、むし歯や歯周病がもしあれば軽いうちに治しておくことが必要です。

D

むし歯や歯周病がありそうですので歯科医院を受診してしっかり治しましょう。また、歯のないところは歯を入れて左右両方でしっかり咬めるようにしておくことが、これから先の全身の健康にとって非常に大切です。今ある自分の歯を長持ちさせ不自由のない食生活を送るためにも、定期的に歯石除去と歯みがき指導を受けるようにしましょう。

●A・B・C・Dのいずれにも該当しない場合の所見

現在のお口のなかの良い状態と生活習慣を維持しましょう。歯科疾患は生活習慣病ですから、現在の状態を維持するために、定期的な歯石除去と歯みがき方法の再確認を受けましょう。

* 複数の所見が該当する場合は、「D」に近い所見を選択して下さい。

●40～59歳(23歯以上)

Aのチェック数
2個以上の
場合の所見

A

むし歯や歯周病の歯が何本かあるかもしれません。歯周病の進行しやすい年代でもありますので歯みがきの回数や時間、また生活リズムに気をつけ、不安な点は専門家の助言を受けるようにしましょう。

Bのチェック数
3個以上の
場合の所見

B

歯と口の健康を維持するための生活習慣や環境にやや物足りない点があるかもしれません。歯周病が進行しやすく、それによって歯を失いやすい年代です。定期的に歯石を取ってもらい、歯みがき方法の確認や生活習慣の指導を受けることをお勧めします。

Cのチェック数
3個以上の
場合の所見

C

今ある自分の歯でこれから一生おいしく食べるためには、歯周病が進みやすいこの時期にこそ一本一本の歯を大切にすることです。歯周病やむし歯の早めの治療とその後のメンテナンスにより、歯の寿命が大きく伸びます。また、今何ともない歯でも、定期的に歯石を取ってもらい、歯みがき不足のところは指導を受けて予防を心掛けましょう。喫煙の習慣は歯周病を引き起こしやすくします。

Dのチェック数
5個以上の
場合の所見

D

むし歯や歯周病がありそうです。歯を失いやすい年代でもあり、早めに歯科医院を受診されることをお勧めします。今ある自分の歯でこれから一生おいしく食べるためには、歯周病が進みやすいこの時期にこそ一本一本の歯を大切にすることです。歯周病やむし歯の早めの治療とその後のメンテナンスにより、歯の寿命が大きく伸びます。また、今何ともない歯でも、定期的に歯石除去や、歯みがき不足のところは指導を受けて予防を心掛けましょう。

●A・B・C・Dのいずれにも該当しない場合の所見

現在のお口のなかの良い状態と生活習慣を維持しましょう。歯科疾患は生活習慣病ですから、現在の状態を維持するために、定期的な歯石除去と歯みがき方法の再確認を受けましょう。

*複数の所見が該当する場合は、「D」に近い所見を選択して下さい。

●40～59歳(22歯以下)

Aのチェック数
1個以上の
場合の所見

A

むし歯や歯周病の歯が何本かあるかもしれませんし、歯のないところがあって、すべての食品を十分に咬むことが出来ないかもしれません。よく咬めないと栄養摂取の効率が悪くなり全身の健康にも影響します。また、歯周病が進行しやすい年代でもあり、歯みがきの回数や時間、また生活リズムに気をつけ、不安な点は専門家の助言を受けるようにしましょう。

Bのチェック数
2個以上の
場合の所見

B

歯と口の健康を維持するための生活習慣や環境にやや物足りない点があるかもしれません。歯周病が進行しやすく、それによって歯を失いやすい年代です。口の中の細菌が増えると全身の様々な病気にかかりやすくなりますので、健康のため、また、今ある自分の歯を長く使うためにも定期的に歯石を取り、歯みがきの指導を受けるようにしましょう。

Cのチェック数
2個以上の
場合の所見

C

歯のないところに歯を入れて左右両方でしっかり咬めるようにしておくことが、全身の健康と老化防止にとって非常に大切です。そして、歯周病の進みやすいこの時期にこそ一本一本の歯を大切に寿命を伸ばし、これから不自由のない食生活を目指しましょう。そのために、定期的に歯石を取って歯みがき指導を受け、むし歯や歯周病がもしあれば早めに治しておきましょう。喫煙の習慣は歯周病を引き起こしやすくします。

Dのチェック数
5個以上の
場合の所見

D

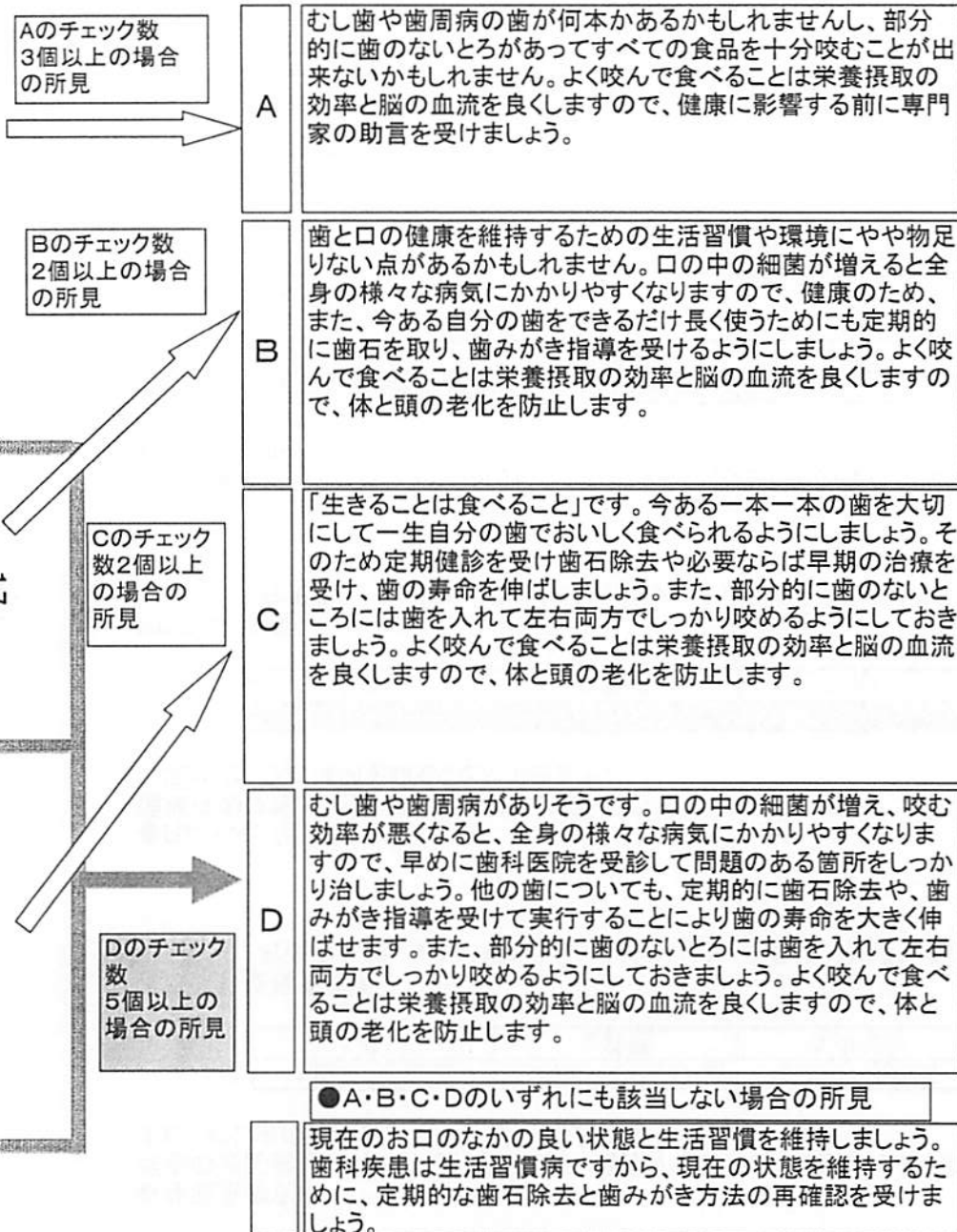
むし歯や歯周病がありそうです。歯周病が進行しやすくそれによって歯を失いやすい年代です。また、口の中の細菌が増えたり、咬む効率が悪くなると、全身の様々な病気にかかりやすくなりますので、早めに歯科医院を受診して問題のある箇所をしっかりと治しましょう。他の歯についても、定期的に歯石を取り、歯みがき指導を受けて実行することにより歯の寿命を大きく伸ばせます。また、歯のないところには歯を入れて左右両方でしっかり咬めるようにしておきましょう。

●A・B・C・Dのいずれにも該当しない場合の所見

現在のお口のなかの良い状態と生活習慣を維持しましょう。歯科疾患は生活習慣病ですから、現在の状態を維持するために、定期的な歯石除去と歯みがき方法の再確認を受けましょう。

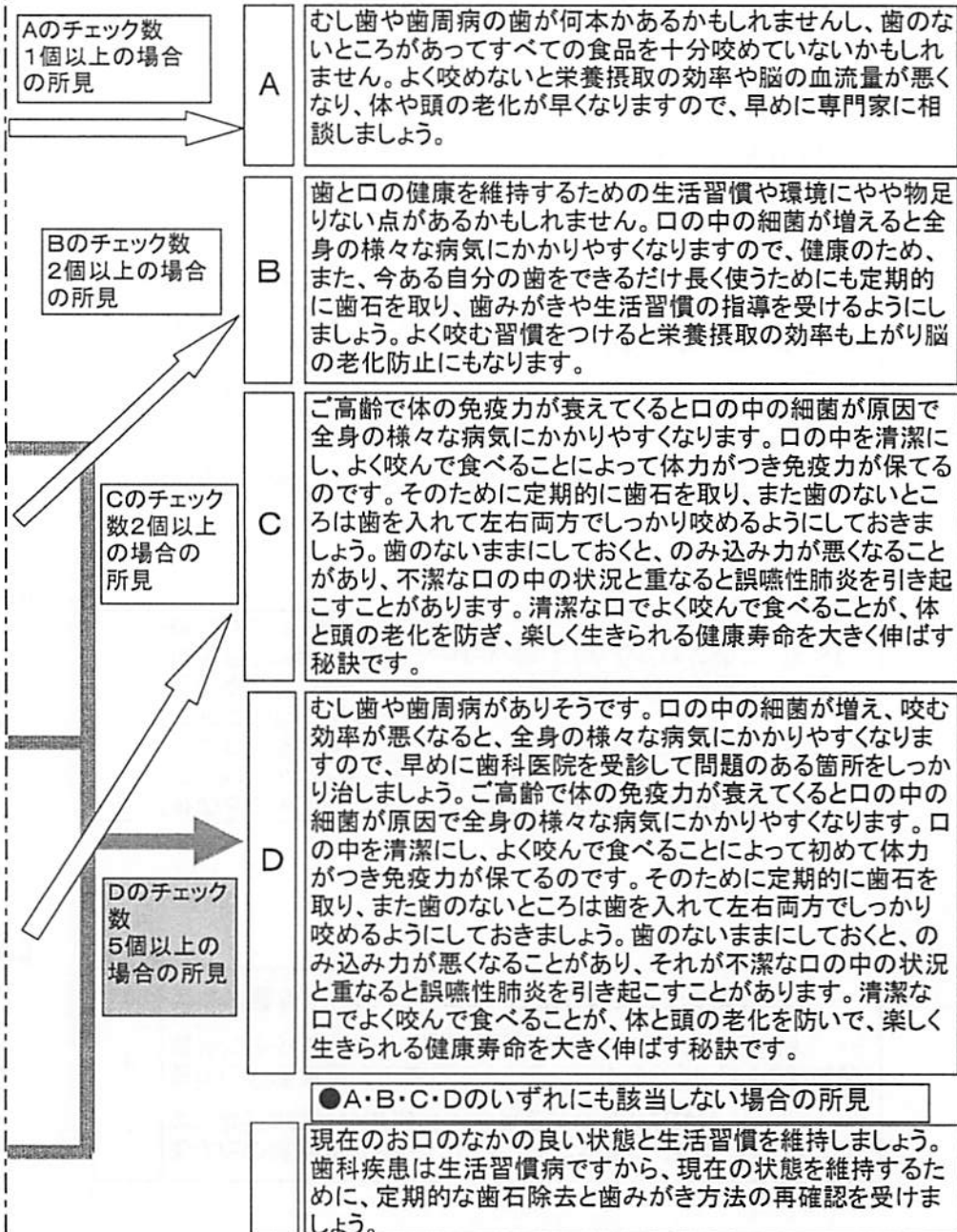
*複数の所見が該当する場合は、「D」に近い所見を選択して下さい。

●60歳以上 20歯以上の場合



* 複数の所見が該当する場合は、「D」に近い所見を選択して下さい。

●60歳以上 19歯以下の場合



* 複数の所見が該当する場合は、「D」に近い所見を選択して下さい。

●唾液量測定

唾液の分泌量は、年齢・体質・服用している薬剤などによって違いはありますが、むし歯の発症に大きな影響があります。

1.2ml/分以上	1.2未満～0.7ml/分	0.7ml/分未満
1.多い	2.普通	3.少ない

唾液量検査検査結果

右表の1. 2. 3のいずれか○印がついている項目が該当しています。

●RDテスト(簡易サリバテスト)

唾液中のウ蝕原性菌(S. ミュータンス菌・乳酸桿菌)の量をレザズリン色素の変化で、ウ蝕傾向を知ることができます。

1.低い	2.普通	3.高い
------	------	------

RDテスト結果

右表の1. 2. 3のいずれか○印がついている項目が該当しています。

●唾液緩衝能検査

唾液緩衝能検査により、むし歯にかかりやすさを試験紙の色の変化により知ることができます。

1.高い	2.普通	3.低い
------	------	------

唾液量検査検査結果

右表の1. 2. 3のいずれか○印がついている項目が該当しています。

●唾液潜血テスト(サリバスター)

唾液中の潜血を測定することにより歯周病の可能性について知ることができます。

(-)0mg/dl	(+)1.0mg/dl	(++)2.5mg/dl
-----------	-------------	--------------

唾液潜血テスト結果

右表の1. 2. 3のいずれか○印がついている項目が該当しています。

1	あなたの唾液量は十分に出ているようです。後は、むし歯にならないようにお口の清掃に十分気を付けてください。
2	あなたの唾液量は標準値です。むし歯にならないようにお口の清掃に十分気を付け、定期健診によるチェックも必要です。
3	唾液の量が足りないようです。精密な検査をお勧めします。

1	今のところ心配ないようです。これからも歯みがきを続けて、きれいな状態を保ちましょう。
2	お口の中をきれいにしましょう。歯みがきをていねいに行い、常にお口の中を清潔にしましょう。
3	むし歯菌がたくさんいます。このままでは、むし歯菌がどんどん増えそうです。砂糖の入った食物はできるだけやめて、食べた後には必ず歯磨きをしましょう。

1	結果は良好です。さらにお口の健康を維持するようにしてください。
2	むし歯にかかる危険性があります。お口の清掃を心がけ定期健診などを勧めます。
3	むし歯にかかる危険性が大きいです。早期にむし歯のチェックなどをしてもらい、お口の健康に気をつけましょう。

1	出血がみられません。これからも丁寧な歯磨きを心掛けましょう。
2	わずかに出血があります。歯周病の疑いがありますので精密な検査が必要です。
3	出血があります。歯周病で出血している可能性がありますので、早めに歯周病の治療をする必要があります。

札幌臨床検査センター 調剤薬局事業部 行

住所 〒064-0823 札幌市中央区北3条西20丁目2番23号

FAX (011)613-3288

TEL (011)640-3553

下記へ お口の健康度チェック「唾液チェックキット」を送付願います。

お口の健康度チェック「唾液チェックキット」 申込書

希望するセット数を記入してください。

① 「唾液チェックキット」	3個 入	(2,890円 代引発送料 700円込)	組
② 「唾液チェックキット」	5個 入	(4,350円 代引発送料 700円込)	組
③ 「唾液チェックキット」	10個 入	(8,000円 代引発送料 700円込)	組
④ 「唾液チェックキット」	15個 入	(11,650円 代引発送料 700円込)	組
⑤ 「唾液チェックキット」	20個 入	(15,300円 代引発送料 700円込)	組

* 申し込み数に応じて「唾液チェックキット」の他、次の関係書類を同封いたします

- ・健口チェックシート／唾液チェックシート
- ・チェックシート郵送用封筒(料金受取人払封筒)
- ・「唾液チェックシート」申込書

上記内訳により、お口の健康度チェック「唾液チェックキット」を申し込みいたします。

平成 年 月 日

診療所住所

診療所名

印

電話