

# 歯周病セルフチェック

全身に影響する歯周病。つねに自分の口の中の状態を把握し  
観察しておくことが予防につながります

- 1. 歯ぐきがピンク色で引き締まっている . . . . . 0 点
- 2. 歯ぐきが赤色や紫色になっている . . . . . 5 点
- 3. 歯ぐきがムズがゆく、歯が浮く感じがする . . . 5 点
- 4. 歯みがきすると血が出る . . . . . 5 点
- 5. 起床時、口の中がネバネバする . . . . . 10 点
- 6. 歯ぐきが赤く腫れブヨブヨしている . . . . . 10 点
- 7. 何もしないのに歯ぐきから血が出る . . . . . 15 点
- 8. 歯がぐらついて物が噛めない . . . . . 15 点
- 9. 糖尿病である . . . . . 5 点

合計  点

0 点      大丈夫です      年に 1 回は歯科健診を受けましょう

5 点～15 点   歯肉炎の疑い   歯みがきのやり方を見直しましょう

20 点～40 点   歯周病の疑い   歯科医院に相談しましょう

45 点～   重度の歯周病のおそれ   早めの歯科受診をおすすめします

患者さまへ

歯科受診の際に、窓口へお渡し下さい

かかりつけ歯科医院 \_\_\_\_\_ 殿

お口の健康チェックをやっていただいたところ、

- 歯周病の疑い
- 口腔機能低下の疑い

がありますので、よろしく願いいたします。

氏名 \_\_\_\_\_ ( \_\_\_\_\_ 歳) 男・女

平成 \_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_ 日

筑紫薬剤師会会員薬局: 薬局名・住所・電話番号

担当薬剤師氏名	
---------	--