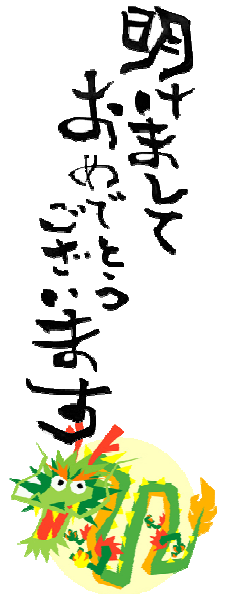


SMILING BEAUTY

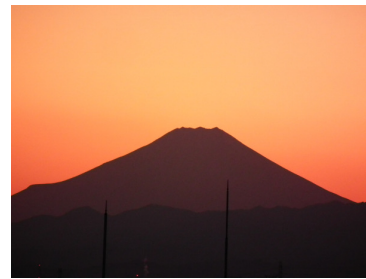
口福な生活を応援する院内新聞

加藤歯科医院 第 57 号



今年もよろしくお願い申しあげます。
あなたにとりまして、良い年でありますように。

昨年は激動の一年でしたね。地震による被害もさることながら、計画停電。加藤歯科医院としては、ささやかながら、出版を活用した被災地の応援活動をさせていただきました(いまでも継続しています)。それと石巻市でがんばっていたボランティアの方々へのお米や薬の提供。現地もだいぶ落ち着いたようですが、復興はまだまだこれからです。できることを続けていきたいです。



夕焼けの富士山 赤富士

その一方で、色んな変化の兆しが現れたような、そんな気がしてなりません。個人的にも、多忙な一年間でした。ざっと振り返っても、震災。

医院の復旧。
日本口腔インプラント学会の専門医の更新。

新たなインプラントシステムの導入。
インプラント術式の改良。
いろんな機材の導入。

メディフュージユ・CGFの本格的な使用。
大分インプラントセンターへの研修会や、韓国のセミナーへの出席。

SIA・埼玉インプラント研究会でのインプラントの臨床コロキウムの開催と運営。

この中でも昨年のメインは、アパタイト。吸収性の β -TCPと呼ばれているタイプの人工骨の導入です。特にCGFと併用することで、インプラントに対する応用が格段に広がりました。



《 β -TCPとCGFを混和させて、一塊にしたもの。ピンセットでつまんでいる

所。
この状態で、インプラント周囲に充填使用する。》



これによって今まではあきらめていた患者さんにもインプラントが応用できることになりました。

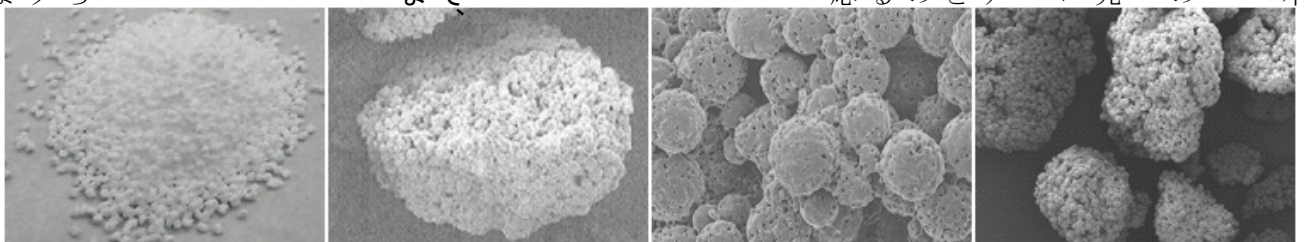


写真: β -TCPの電子顕微鏡写真

す。また、それに加えて、アパタイトとCGFの併用での治療を行うことによりインプラントの寿命が延びたり、より美しくインプラントで歯を作ることができるようになります。

毎回インプラント手術を行うときは小さなことの積み上げなのですが、後から振り返ってみれば、大きく前進している結果になります。医療の進歩になります。

皆様にお知らせです。
長年御利用いただいておりますが、パソコンによる予約システムを1月より休止させて頂きます。設備の老朽化、誤差動なども最近生じてきております。新しいシステムへの交換は数百万円を要します。断念せざるを得ませんでした。

定期健診のご案内は、ハガキもしくは当歯科医院からのお電話となります。

いままで行ってまいりました、当院のニュースレターの発行・郵送はそのまま継続させていただきます。

本年も、加藤歯科医院をより

加藤歯科医院 加藤 義浩



もっと・ちよつと・きつと

役に立つ歯のおはなし

親子のコミュニケーション

乳幼児の歯のケア

乳幼児の歯磨き中の

事故多発！

注意

昨年急増する乳幼児の歯磨き中の事故により東京消防庁が注意喚起を促す資料を作成しました。

その資料によると、2006年～10年に救急搬送された53万9136人のうち、5歳未満の乳幼児が1割を占めており、その中でも1歳児が最多の1万1665人だったことが分かりました。1歳になると行動範囲が広がり、子ども自身は自分の運動能力や危険に対する認識が弱いので、親は子どもの目線まで下りていって、危険を回避すべく対策を取らねばなりません。

救急搬送の理由は「ころぶ」や「おちる」が多い中、乳幼児の事故で目立つのは「歯磨き中の事故」です。搬送された217人のうち、歯磨きをしながら動き回って転ぶ（130人）・人や物にぶつかる（23人）・踏み台などから転落（11人）などとなっています。このうち1歳児は107人で、歯ブラシが刺さるなど重篤な事故にもつながっています。

重篤な事故の例をあげますと、ある2歳の女児は歯磨き中に転倒し、歯ブラシが歯茎に突き刺さって重傷を負



いました。ほかにも、歯ブラシを口の中に入れたまま歩いていたりころ、壁にぶつかったり、布団につまづいて転倒したりして、口の中を切るなどの事故が起きています。また、親が6歳の男児をひざに載せて歯を磨いていたところ、その弟が突然親に抱きついてきたため、手元が狂い歯ブラシで男児の口の中を切ってしまったケースもありました。

事故防止のポイント

2～3歳になると自分で歯磨きをしはじめる年代です。しかし、歯ブラシが口の中に刺さって中等症となった事故も発生していることから、保護者等は乳幼児の歯ブラシの使用に際して十分な注意が必要です。

- (1) 幼児は転倒しやすいので、歯ブラシを口に入れたまま歩きまわらせない。
- (2) 不安定な場所で歯磨き中に転落して受傷した例もあることから、椅子や踏み台等に立った状態のまま歯磨きをさせない。
- (3) 歯磨き中に他の人と接触して受傷した例もあることから、歯磨き中は乳幼児から目を離さないようにするとともに周囲の状況にも気を配るようこころがける。

仕上げ磨きでしっかりチェック

子どもたちが一人できちんと磨けるようになるまで、大人がしっかりとチェックしてあげましょう。

仕上げ磨きのやり方は、



仕上げ磨き ここがカンジン



- ① 歯ブラシのヘッドは小さめで奥歯まで磨けるものを。
- ② 鉛筆持ちで軽く握って細かくシヤカシヤカ磨き。
- ③ 唇は無理に押し上げず、子供を仕上げ磨き嫌いにさせない。
- ④ 感覚の鈍い下の奥歯から、上の奥歯、下の前歯、上の前歯の順で磨くと抵抗が少ないかも。
- ⑤ 頭をひざに乗せて安定させて。左の表をみて、仕上げ磨きの時のチェックポイントを確認しましょう。歯の隙間には子供用のデンタルフロスを使うのも一つの手ですが、2歳半までは歯ブラシだけで磨いたほうがよいでしょう。家族みんなで健康な歯を作っていきましょう。





< 3 >

自分の体と対話しよう

予防するにはまず自分の体を知ること

昨年は生きていることの喜びを痛感した一年ではなかったでしょうか。

「家族みんなでいつまでも健康で過ごす」そんな初詣の願いにしても、そのためには「**予防と早期発見**」が要。とはいっても、適度な運動と健康的な食生活だけでは漠然としていて予防につながっているのか疑問です。

そこで今月号から自分の体を知ることのできる病気の予防法について一緒に学んでいきましょう。



まず初回は、冬になると発症しやすい**脳卒中**についてです。つい先日音楽プロデューサーの小室哲哉さんの妻で3人組ユニットglobeのボーカル、KEIKOさん(39)が先月、くも膜下出血と診断され、手術を受けた事がニュースになりました。くも膜下出血は脳卒中の一つで脳の血管に起こる病気です。脳卒中は総称で、専門的には脳血管障害といい、他に**脳梗塞**、**脳出血**、があります。

くも膜下出血は高齢者の病気と思われがちですが、30代、40代で罹患(りかん)することも珍しくない病気なのです。しかも、厚生労働省によると、平成21年の日本人の死因のトップはがんで30.1%。2位は心疾患で15.8%、3位はくも膜下出血を含む脳卒中で10.7%となっています。脳卒中での死亡率は減少したそうですが、重い後遺症が出るケースが増えています。脳卒中は寝たきりとなる原因の1位で、依然、重大な国民病といわれています。日本人、特に女性に多い病気ですから、かかりやすい体

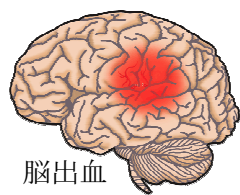
質が遺伝する傾向もあるといえます。動脈の壁に生まれつき弱い部分があり、それに加齢による動脈硬化、高血圧などが加わって瘤ができると考えられている。

《どういう時に発症しやすい?》

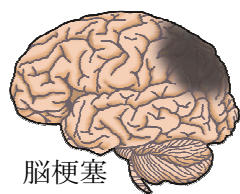
脳卒中は、冬に多く発症することが経験的に知られています。脳卒中の種類によっても差がありますが、出血性脳卒中では、明らかに夏に低くなり冬に高くなります。脳梗塞ではその差が小さく、春先にやや高くなるようです。冬の脳梗塞が起こりやすい場合は、下記の3つです。

- 寝室(脱水症状が原因)
- 玄関先(寒さが原因)
- お風呂(寒さ+脱水症状が原因)

予防策として、寝る前と起きてすぐにコップ1杯の水を取りましょう。新年会などで飲み過ぎると脱水症状になりやすいので特に忘れず水を飲みましょう。玄関やお風呂など寒暖の差が激しい所では防寒するのは大切なことです。玄関をあけて寒さで血管が急激に収縮して詰まりやすくなるリスクが高まりますので首元をしつかり冷やさないことにも注意しましょう。お風呂場ではまずヒーターで脱衣所を温めてから服を脱ぐように、お風呂から上がったからも暖かいところで着替えましょう。



脳出血



脳梗塞

《脳卒中の前兆》

脳卒中は、「激しい頭痛」、「体の片側に起こる麻痺や痺れ」、「視野が半分欠ける」、「言葉が出てこない」、「歩行障害」、「めまい」、「嘔吐」などの症状



が、突然起こります。就寝中よりも活動中に起こることが多いのですが、脳卒中が起こったら、発症から3時間以内に治療を受けることが重要です。症状が軽いと、救急車を呼ぶのをためらってしまいがちですが、脳卒中はしばしば軽い症状から始まり、時間の経過とともに悪化していきます。速やかに医療機関に相談しましょう。軽度であれば治療後の回復が良好な例は8割以上になります。早期発見のためにも軽い頭痛であっても受診しましょう。

脳卒中の予防には、生活習慣を改善するのはもちろん大切ですが、血圧を下げて禁煙・禁酒をすれば、防げるというわけではありません。医療技術の進歩で、ある程度の予見ができることから、専門家は脳ドックの受診を勧めています。MRA(MR 脳血管撮影)を用いて、破裂する前に脳の血管にできた瘤を見つけることは可能だからです。苦痛は全くなく、簡単に受けられるようになったため、「脳ドック」などの健康診断で瘤が発見できるようになりました。脳ドックなどで破裂していない動脈瘤が見つかる確率は約5%ですが、特に専門家はくも膜下出血を起こしたことがある家族がいる人は脳ドックを受診しておくべきだとアドバイスしています。