

SMILING BEAUTY

口福な生活を応援する院内新聞

加藤歯科医院 第 59 号

こんにちは。加藤歯科医院の院長加藤義浩です。

インフルエンザ、猛威をふるっております。外出時のマスク、帰宅後のうがいと手洗いは、予防上の重要なポイントです。どうか御自愛ください。

先月、韓国のソウルに行っておりまして。ピエゾサージエリー（超音波を使った器具）の実習セミナーです。1泊2日の弾丸ツアーです。羽田からソウルへの往路、2時間半の飛行ですが、窓から見える富士山がすっきり雪景色。霊峰・富士の威厳たつぷりです。

金浦空港から地下鉄を乗り継いで会場のホテルへ。だいぶ慣れましたが、やはり異国。移動はいまだに緊張します。ソウル市内の地下鉄は、系統ごとに色分けしてあるので、慣れれば非常に利便な乗り物です。時間帯によっては、渋滞がひどく、地下鉄は40分程度で着けるところが金浦空港からセミナー会場までタクシーで2時間かかったなんて先生もいらつしやいます。地下鉄の表示は、空港近くは英語、日本語もありますが、ハングル語がメインです。中心部から離れるほど、ハングル語だけになってしまいます。そう考えると日本はほとんどの駅で英語表記がされていて、アナウンスもあるんで親切といえるかもしれませんね。

あと、現地に行つて意外と難しい？の



窓からの富士山

が、地下鉄の進行方向です。いわゆる上りと下りの、進行方向が違つとホームが異なるところがあるのです。今回も、私は慣れた先輩の後をくつついていくだけです。はぐれた時のために、韓国の旅行ガイドブックを持参して行きましたが、使わなくて済みました。



ソウル市内

セミナーに参加するまではピエゾサージエリーがこんなに応用範囲が広いとは思いませんでした。ピエゾサージエリーの使用は、最先端の歯周治療及びインプラント手術において、臨床上、欠かせないものの1つになりつつあります。ピエゾの使用のメリットとしては、繊細な技術が要求される手術での合併症が減少できることと、創傷の治癒に対する効果が期待できることです。

「よい機材は治療を楽に安全にする。」今回の講師の言葉です。

インプラントもそうですが、抜歯、のう胞の摘出とかに威力を発揮しそうです。今まで、治療の困難さからあきらめていたようなケースや、大学病院に紹介していたような治療も自分の医院で行うことが可能になりそうです。また、同じ手術であっても、治療がより完全に行えるようになるでしょう。

同じセミナーで講義にあった、自血をコラーゲンに変えるCGFに関する応用方法も含め、かなり進化している様子です。症例（実際の治療例）の蓄積がドンドン増える。すごいことです。

また、コラーゲンのメンブレン、代用骨・骨の補填材料も飛躍的に進歩しています。

日々進化している治療技術を学び、少しでも患者様に還元できるのは喜ばしい事です。

まだ韓国で入手できませんが、日本で使うのは難しいかもしれませんが、できる限り導入していきたいと思っています。結局、講義と、ウサギや豚を使った実習をみっちり交互に行い、2日間、ホテルに缶詰状態でした。



修了証を手に



ご褒美の焼肉

最終日、修了書を頂くと、すぐに金浦空港へ。本来は懇親会の予定があるので、すが、欠席して早々に退散。空港では、毎回同じ店に入り、焼き肉、名物ラーメン鍋を堪能して帰路に。偏西風のおかげで、帰りの飛行は2時間を切りました。荷物の受け取りに思いのほか時間がかかり、帰りは終電2本前でヒヤヒヤしました。



もっと・ちよつと・きつと

役に立つ歯のおはなし

痛くないからといって
ほっといていいの？

失った歯は戻らない



歯の治療に来院された方が、歯が痛くなくなつたからと途中で治療に來なくなってしまうケースが増えています。治療となると一回の来院で済むということはほとんどなく、何度も通院するのが大変というのもあるかとは思いますが、患者様の認識不足というのもあるのではないかと思います。痛みがひどくて応急処置で来院された場合、まずは痛みを除くことと、原因になっている歯のクリーニングを行います。その後で治療計画をたてて、順に処置を行っていくのです。

治療途中ということとは不完全ということです。たとえ、痛みが消えていても一時的に薬で抑えているだけかもしれません。虫歯の穴が塞がっていても、治療が途中であれば蓋は乗せているだけですぐに外れてしまう場合もあるのです。たとえば、虫歯ではそのままほっておくと、しみる、噛めなくなる、歯茎まで腫れてくる、口臭が出てくる、ひどいものになれば歯が回って心臓病や敗血症までになることもあります。歯周病の場合もそうです。

抜歯したところをほっておくと、歯がない部分では食べづらいので、食べ方が偏り、加えて支えとなる柱のような歯をなくし、両側の歯が倒れてきて歯並びを

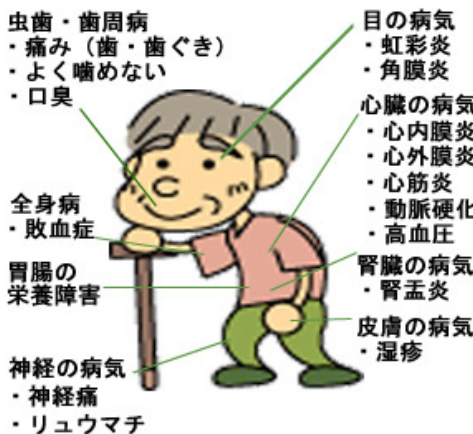
悪くします。

治療途中で投げ出してしまうと、せっかく行った治療が無駄になるだけでなく、進行を止めたわけではないので、ほっておいた分だけ悪化していくのです。また痛くなって再び来院したときには、治療時間も費用も余計かかってしまう状態になるのです。

人間の歯は一度虫歯や歯周病などで欠けたり抜けたりとすると、元に戻ることはありません。

高齢になっても健康でいるために

治療を投げ出すことはひとつもいいことはありません。歯の状態が悪化するということは、口の中だけでなく、体全体へも影響を与えます。



この図のように、歯が影響与える病気は数々あります。予防歯科の研究により高齢になったときに残っている歯の本数が多いほど、全身的な病気が少ない傾向にあったという結果がでています。

さらに、高齢者を対象に行なった

最新の調査では、かかりつけの歯科医がいる人は、いない人に比べて長く生きられる傾向にあるそうです。もちろん個人差はあると思いますが、定期検診による歯の悪化を防ぐことは歯を残すこと、ひいては全身の病気の予防になります。

また、口腔内を健康に保つということは、ほかにも高齢者が寒い時期に重篤になりやすいとされる肺炎の発症予防にもなるのです。

治療を中断する方の理由の一つに治療に対して怖いという方や痛い治療が嫌だという方もいらっしゃいますが、今の治療は痛みを軽減させる方法が進歩していて、加藤歯科医院でもインプラント治療の方などに積極的に使用しています。治療の不安も減らすよう努力していきますので、必要以上に怖がらずに来院ください。

歯の痛みがないと問題ないと思つて、忙しさを歯の健康の重要性を感じることとはないかもしれません。日々の口腔ケアや歯の寿命を伸ばすことがのちのちの健康を築くうえで大変重要なことです。

後回しにしがちな歯の健康の大切さと認識していただき、歯の治療はきちんと完了しましょう。

参考 日経新聞 日経プラスワン
「歯を健康に保つと……」



鴻巣市産業観光館「ひなの里」オープン

鴻巣市で400年以上続いた吉見屋人形店と雛屋歴史資料館が閉店して、新たに雛人形の街鴻巣に相応しい歴史と鴻巣の今を発信する基地、**鴻巣市産業観光館「ひなの里」**が鴻巣びっくりひな祭りに合わせて先月オープンしました。

3月3日までは市役所・ショッピングセンターエルミと合わせて鴻巣びっくりひな祭りをこちらの「ひなの里」の3会場で行われているので、新しい会館で伝統の雛人形を楽しんで見てはいかがでしょうか。

館内では鴻巣の伝統産業である人形の展示、全国に知られた花卉をはじめとする産業の紹介、また市内のさまざまな観光情報を提供しているほか、鴻巣市観光協会による特産品の販売も行われます。

また、明治よりずっと人形蔵として実際に使われていた歴史的な蔵や江戸期の雛人形などを見学できたり、市民のみなさんが集える多目的室やイベントスペースもあり、情報発信基地としてだけでなく、さまざまな方が集える場所として、新たな幕を開けます。

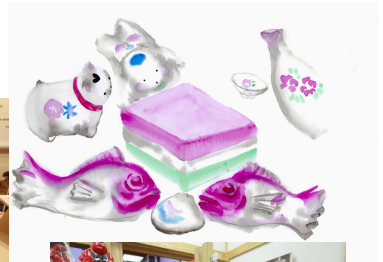


外観

ひな作りを再現



雛人形の歴史も学べます



物産販売もしてます



■ Shufoo! <http://www.shufoo.net/>
■ 毎日特売 http://www.navit-tokubai.jp/new_pc/
■ オリコンオー <http://www.dnp-oricomio.com/>

テレビやインターネットで最新のニュースが読める現代。昔であれば何紙もの新聞を抱え通勤していた人もスマートフォンで新聞を読んだりと実際の新聞をとることさえ減っているようです。新聞をとらなくなると、新聞代の節約にはなりますが、主婦として節約のお供、チラシも届かなくなってしまうと思いませんか。そこで今回は、新聞を購読せずともお買い得な情報が得られる方法をお教えします。お得なチラシ情報を見比べることもできる**チラシのポータルサービス**。パソコンや携帯電話で自分の家や仕事場の近くのチラシを閲覧できるサービスです。

登録したエリアのチラシが毎日メールで届くので、どこで何が安いのか比べることもでき、普通の折り込みチラシと同じように受け取れるのに紙のゴミもでないのは嬉しいメリットです。しかも、買い物忘れを防ぐために携帯電話に買い物リストを送ることもできるサイトもあります。サイト内にはレシピも載っているので作るものも考えつつ、買う物を決められるので便利です。

また、スーパーだけでなく、家電量販店や衣料品、日用品などのチラシも閲覧できるので、近所だけでなく、ちよつと足を伸ばして買い物しに行くところのお店のチラシも確認することができます。

チラシを出しているお店の中には、ネットショップと連携しているものもあり、チラシをチェックしてすぐにネットを通じて購入もできるので、時間の節約もできます。

鴻巣市生活

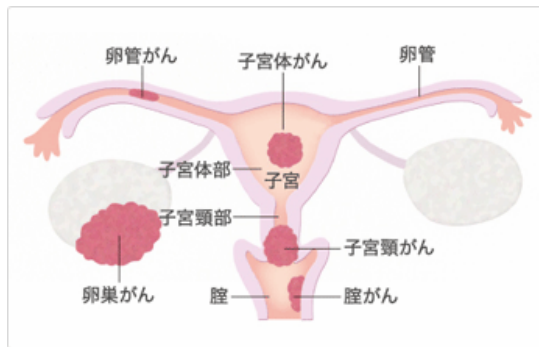


自分の体と対話しよう

予防するにはまず自分の体を知ること

昨年十代での子宮頸がんワクチン接種の有効性についてニュースでも取り上げられていましたが、その際初めて「**子宮頸がん（しきゅうけいがん）**」がどんな病気か知った方もいるかもしれません。

子宮は、女性にしかない特別な臓器のひとつです。この子宮の入り口付近、「子宮頸部（しきゅうけいぶ）」にできるがんを、「子宮頸がん」といいます。



図：子宮の構造と女性性器がんの種類

○グラクソ・スミスクライン

■ どんな人が罹るの？

婦人科系のがんの中で罹る人の数が多いのが、子宮頸がんと子宮内膜がんです。年間で子宮がんにかかる人は、約18600人。そのうち約半数近い9千人が子宮頸がんと言われています。

がんというと血縁で罹りやすいと思われやすいのですが、子宮頸がんは遺伝などに関係なく、性交経験がある女性なら誰でもなる可能性のある病気です。

また、近年では二十代後半から三十代に急増、若い女性の発症率が増加傾向にあります。

■ 何が原因？

ほとんどの子宮頸がんではヒトパピローマウイルス（HPV）の遺伝子が検出されます。そのため、このウイルスに感染することが子宮頸がんの発生の引き金と考えられています。このウイルスはすべての女性の約80%が一生に一度は感染していると報告があるほどとてもありふれたウイルスですが、性交により感染するので、初めて性交した年齢が低い人や多くの性交相手がいる人は子宮頸がんになる危険性が高くなります。

しかし、実際に子宮頸がんになる人は、ウイルスに感染した人のなかの一部にすぎません。発がんには、ウイルスに感染した人の体質（遺伝子の不安定性や免疫など）も関係していると考えられています。

■ どんな症状がでるの？

初期の子宮頸がんではほとんどが症状でないのですが、子宮がん検診で行う子宮頸

子宮頸がんチェック

1. 月経でないのに、また性交時に出血した
2. 下腹部に重みを感じる、もしくは痛い。
3. 生理不順が頻繁に起きている。
4. おりものの色がおかしい、もしくは異臭を感じる。
5. 腰痛が始まった。
6. 血尿・血便・頻尿が激しい。

部細胞診により発見することができます。

自覚症状としては不正性器出血（月経以外の出血）が最も多く、とくに性交時に出血しやすくなります。細菌が子宮に入り、おりものが増えることもあります。進行がんで下腹部痛、腰痛、下肢痛や血尿、血便、排尿障害が現れることがあります。

上のチェックに一つでも当てはまる方は医者に行き、検診を受けてください。

■ 予防するには

子宮頸がんは、女性の命はもちろんのこと、妊娠や出産の可能性まで奪ってしまう、生活や人生に大きな影響を及ぼす病気です。予防にはまずは清潔に保つことから始まります。その理由は、がんの原因ともなる感染症を防ぐ事を意味するのです。

冒頭でも書いた子宮頸がん予防ワクチンは、発がん性HPVの中でも特に子宮頸がんの原因として最も多く報告されているHPV16型とHPV18型の感染を防ぐものです。感染を防ぐために半年間で3回のワクチン接種が必要となります。全ての感染を予防できるわけではありませんし、予防効果の持続ははっきりわかっていません。

また、子宮頸がんは定期的な検診によってがんになる前に発見できる病気でもあります。2年に一度は検診を欠かさず受けましょう。病院へ行く時間のない方や対面での検査は恥ずかしい方には、自宅で自己採取した検体を郵送することで、性感染症や子宮頸がん原因ウイルスの有無を調べるキットも出ていますので利用されるのも手でしょう。