

2009/11-12

☎0824-62-1182
http://www.kamidani-shika.com
紙谷 歯科 医院
発行人・紙谷 寛

ほほえみ



レッサーパンダの カツオ君、 歯周病でダウン!?

今年1月に川崎市夢見ヶ崎動物園に「導入」した、レッサーパンダのカツオ君（オス6歳）が歯周病で奥歯を4本抜歯したと新聞で報じられました。左目下の腫れが目薬では一向に治らないため、全身麻酔下で口腔内を診察したところ、重症の歯周病が見つかりました。歯ぐきの炎症で歯が数本ぐらつき、奥歯はピンセットで抜けるくらいだったそうです。

一般に野生動物は、むし歯や歯周病には罹患しないものですが、飼育下では食生活の変化などにより、人間と同じような病気になることは昔から指摘されていました。

通常レッサーパンダの主食は笹ですが、カツオ君は笹が嫌いで、以前の市川市動物園時代から固形飼料やバナナ、リンゴばかり食べていたそうです。

現飼育担当で獣医の河尻先生曰く「竹の葉である笹は繊維質で歯磨き効果がある。それを食べずに固形飼料やバナナばかり食べていたため、歯に汚れがたまっただけではないか」。カツオ君が自分でブラッシングするはずもなく、積みり積もった歯垢が歯石

歯が、イタイヨー!!



になり、あげくの果て重症の歯周病になったと推測されます。

私たち人間も、加工食品を好んで食している以上、できるだけ繊維質に富んだ食品〔昔ながらの日本の伝統食。例えば、れんこん・ごぼうの煮炊きしたものや、ふき・高野豆腐・生利節（または生節）の煮物など〕を選ぶ必要があります。

一口30回噛み、唾液をよく出し、そして日ごろからの食後のブラッシング、それだけでは歯垢は半分程度しか取り除けません。フロッシング（フロッシングの併用により歯垢除去率は90%になる）や、デンタルリンス（30秒間で広範囲の口腔有害雑菌を減少させて12時間にわたって歯垢および歯肉炎を予防することが立証されている）の併用で、くれぐれもカツオ君のようにはならないで欲しいものです。

話はカツオ君に戻りますが、市川市動物園飼育担当者からも繁殖力は折り紙付きと期待されていただけに、せっかくのトレードを活かすためにも一日も早い復帰が待たれるところです。

診療日記

先日4歳の男の子が、お母さんに連れられてむし歯の治療に来られたのですが、すごく怖がってなかなか口の中を見せてくれません。仕方がないのでその日はお話をし、治療はまた次回ということになりました。男の子も「今度はがんばる!」

と言って帰りました。

そして後日、また怖がりながらも、先生やお母さんの励ましの声もあり、ようやく口の中を見せてくれ治療ができました。

帰りに泣きながら「ありがとう」と言ってくれ、私もうれしくなりました。小さい子

もは特に歯医者に恐怖心を強く感じていると思うので、少しでも恐怖心をなくしてあげられるようなアシストや声かけをしていきたいです。

みなさんも、疑問点などがあれば遠慮なく声をおかけください。

歯科技工士の職場は？

歯科技工士は、歯科医の指示で、むし歯や歯周病で患者さんの失った部分の修復物「入れ歯、冠(かぶせ)、ブリッジなど」や、矯正装置の作製をしたり、修理したりする技術者です。

歯科技工士になるには、厚生労働大臣の指定を受けた歯科技工士養成学校(2年以上)を卒業し、歯科技工士国家試験を受験、合格すれば歯科技工士免許を取得できます。

歯科技工士養成校では、関係法規や、修復物作製に必要な歯科解剖学や、理工学

などを学びます。

免許を取得後、歯科技工士として働くのですが、主に二通りの就職先があります。一つは歯科医院の中の技工室で働くケースと、もう一つは、歯科医院から修復物作製に必要な患者さんの石こう模型と、歯科医からの作製指示が書かれた指示書を預かり、修復物の作製を専門に行う歯科技工所で働くケースの二通りに分かれます。

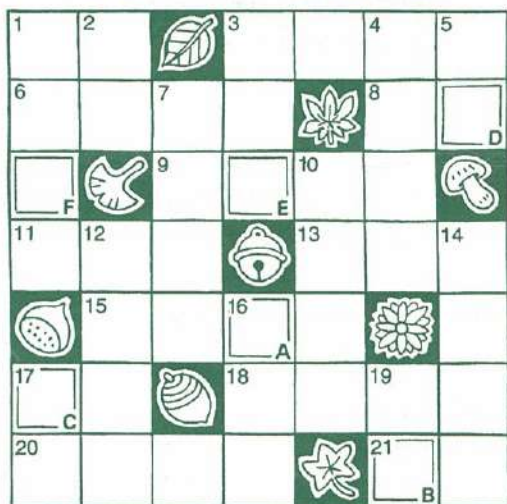
最近では歯科技工士も専門化が進み、入れ歯のスペシャリスト、セラミックのスペシャ

リストなどが求められてきているので、歯科医院も、各専門の技工所に修復物の作製を依頼したり、各部門のスペシャリストをそろえた大きな技工所に依頼するケースが多くなり、歯科医院内で働く技工士はずいぶん少なくなりました。

他にも少数ですが、歯科関係の企業で、歯科技工士としての知識を生かし、営業や歯科スタッフへの自社商品のアドバイザーや、研究機関で働く歯科技工士もいます。

クロスワードパズル

カギを解き、二重枠に入る文字をABC順に並べ替えて言葉にしてください



- カギ
- ① 感傷の—、食欲の—
 - ③ 暦の上ではこの日から冬
 - ⑥ 日本海、瀬戸内海、有明海に面した県は？
 - ⑧ アメリカからくだ…とも言う
 - ⑨ バクテリア、日本では？
 - ⑪ 時代劇役者が頭にかぶる
 - ⑬ 「悪賢い」「ずるい」の俗語
 - ⑮ 惑星から除外された—星
 - ⑰ —歯、—桜
 - ⑱ 糸で布に絵やもようをぬう
 - ⑳ 夢、英語では？
 - ㉑ 茨城県の県庁所在地

- カギ
- ① インド象より大きい—象
 - ② この花で人形もつくれる
 - ③ 意味や内容・筋道を会得
 - ④ 変圧器のことです
 - ⑤ 秋に太るといふ動物
 - ⑦ 習ったことを繰り返し復習
 - ⑩ 気品のある青年
 - ⑫ エリが立っている学生服
 - ⑭ 年下の女きょうだい
 - ⑯ 心残りに思う、残念がる
 - ⑰ 旅館ともいう、—屋
 - ⑱ 矢を射る武器

はがきに「解答」と医院名、この新聞の感想、ご意見を必ず書いて、
 〒556-0021 大阪市浪速区幸町1-2-33 大阪府歯科保険医協会「医院新聞」係へ。
 正解者40人(多数の場合は抽選)の方に「図書カード」を進呈致します。
 応募締め切りは平成21年12月31日(消印有効)です。
 9・10月号の答えは「ミカクノアキ」。
 当選は 堺市南区・河崎 醫生 様 他40人様でした。

子どもの歯肉炎・・・ブラッシングで早めに対処を

「むし歯は全部治療したはずなのに・・・痛がるんです」

近ごろ子どもの歯ぐきにも異変が起きています。歯ぐきの病気は大人のもの？と思われているかもしれませんが、子どもにも広がっています。むし歯は1本もないのに来院する子どもが増えてきました。

検診では歯ぐきの状態も検診内容の一つに含まれています。食生活の変化はむし歯だけでなく歯ぐきにも影響しているようですね。歯

ぐきの炎症には歯ブラシで歯垢をしっかり落として、歯ぐき沿いのマッサージをするような感じでていねいに磨くのが効果的です。歯ぐきが腫れていると初めは出血するかもしれませんが、次第に腫れがひいていきます。強くがんばってみがきすぎると、逆効果になるので保護者の方が手伝ってあげてくださいね。

また、6歳臼歯の生えるころに歯ぐきの炎症もおこるので、この時期も必ず仕上

げみがきで手伝ってあげてくださいね。



Q&A お答えします 患者さんからのご質問

気になるお口の臭い

Q：口臭って？

A：口臭の原因として①臭いの強いものを食べる②口腔内が汚れている③内臓疾患がある、の三つが考えられます。

①とはニンニクやくさやなどを食べると吐く息が臭いですよね。②では口臭の原因物質は口腔内の細菌が作り出しています。細菌が口腔内のタンパク質を分解すると臭い物質である揮発性の硫黄化合物が作られます。硫黄は温泉の湯気にも含まれていますので、臭いのはお分かりいただけると思います。口腔内が汚れていると細菌数が増え、

タンパク質も増えるので、臭い物質がたくさん作られて臭くなるというわけです。③は全体の数%しかないとされています。

また、それほど臭くないのに自分が臭いと感じる方がいます。『口臭恐怖症』と呼ばれるメンタル面の比重の高いものです。

口臭はむし歯と違い病的な状態が判断しにくいものです。しかしむし歯や歯周病に罹患しているサインのときもあるので、気になる場合放置しないほうが良いでしょう。

でんたあにま^る byめぐみ



キシリトールってなに？

キシリトールは、みなさんも聞いたことがあると思いますが、糖アルコールの一つで、白樺やトウモロコシの芯を加工して作られ「むし歯をつくらぬ甘味料」として様々なものに使われています。

みなさんは一番にガムをイメージすると思います。キシリトールは砂糖をはじめとする糖分とは異なり、むし歯菌の栄養源にはなりません。

砂糖の場合、むし歯の原因菌の一種「ミュータンス菌」が、糖を分解し酸をつくり、その酸が歯のエナメル質を溶かし、むし歯ができます。

しかし、キシリトールの場

合は、むし歯の原因となる酸をつくりません。キシリトールを長期にわたり摂取することで、ミュータンス菌の繁殖が弱まって砂糖からも酸が作られなくなり、むし歯になりにくくなります。

しかし、むし歯になりにくくなるとはいえ、キシリトールを摂取していればむし歯にならないというわけではありません。また、キシリトールは体にとって害はありませんが、摂取しすぎると下痢を起こす場合があることが分かっているので、摂取のしすぎには注意しましょう。

ひとロケルメ

野菜とチーズの肉巻き

【作り方】

①豚肉に塩、こしょうする。②にんじん、チーズは10cm位の長さで5角位のスティック状に切る。③にんじん、いんげんをゆでて水気を切る。④豚肉を広げて、にんじん、いんげん、チーズを並べて巻き込み、合わせ目を下側にし、4本作る。⑤フライパンに油を熱して、まず合わせ目を下側にし肉巻きを焼き、Aで味をつけ、適宜に切る。

【分量】(4人分)

豚肉薄切り280g、塩、こしょう少々、にんじん小1本、いんげん20g、プロセスチーズ60g、油小さじ2、A(みりん、しょうゆ、水)20mlずつ
1人分のカロリー:258kcal
カルシウムUPになります。

(管理栄養士 西部典子)

日本の医療費負担って高いの?! 先進国では原則無料が12カ国

ご存じですか?

「いざというとき、お金が心配で医者にかかれない」――。全日本民主医療機関連合会が、今年の3月に発表した『2008年国保死亡事例調査』では、国保加入世帯のなかで、経済的理由によって受診が遅れ死にいたったと考えられる事例が、08年の1年間で31件あったと報告されています。急激な経済不況による雇用の破壊や所得の低下で、今後さらに国保料や医療費負担が困難な方の増加が懸念されます。

そもそも日本の窓口負担は、国際的に見ても高い状況にあります。OECD(経済協力開発機構)加盟30カ国で見ると、原則無料は12カ国。定額制や低額負担の国を含めると、8割の国がお金の心配がなく医療が保障されています(表)。日本も健康保険本人は1983年まで、70歳以上の高齢者も81年まで無料だったものが、

度重なる制度改悪により自己負担は段階的に引き上げられ、今では現役世代や高齢者の一部では3割負担という事態に陥っています。

子どもの医療費を無料化する自治体は全国的に広がっています。75歳以上の高齢者についても、無料化を実施する自治体も出てきています。しかし、自治体によってバラツキがあるのではなく、国の責任で全国どこでも、お金の心配なく医療を受けられる制度にすべきなのではないでしょうか。

患者窓口負担の国際比較

原則無料	カナダ、チェコ、デンマーク、ギリシャ、ハンガリー、イタリア、オランダ、ポーランド、スロバキア、スペイン、トルコ、イギリス
定額制(少額)	ドイツ、ノルウェー、アイスランド、ニュージーランド、フィンランド、アイルランド、ポルトガル、スウェーデン
定率制(少額)	オーストラリア(15%)、スイス(10%)、ルクセンブルグ(5%)、ベルギー(10~25%)、フランス(3割、ただし、補完的な公的保険で負担はほとんどない)
定率制(高額)	韓国(外来30~55%、入院20%)、日本(一般30%、3歳未満20%)

(世界の医療制度改革OECD2004編著 明石書店2005年発行から作成)