



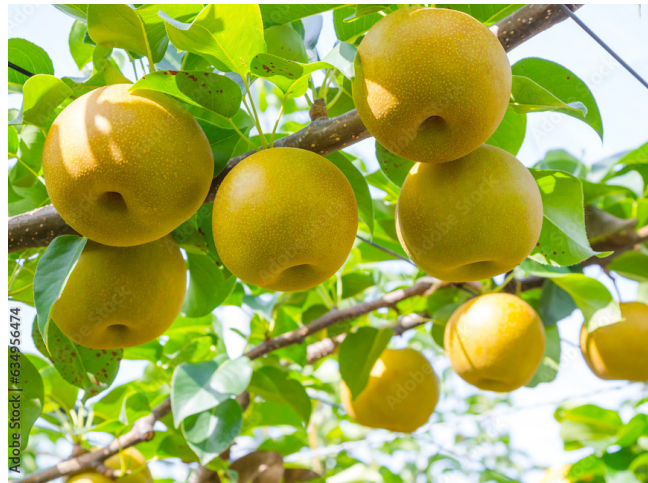
秋の風はセプテンバー？

残暑お見舞い申し上げます。今年の7月、8月は毎日暑く、とても「**凄い猛暑**」、「**酷暑**」でしたね。「**天気予報**」や「**テレビのニュース**」でも毎日のように、軒並み「**40度を超えるエリア**」の中継と「**熱中症**」の話題でした。そして、今までは、暑い暑いと言っても「**9月**」になると、「**風**の**感じ**」が変わってきたと記憶しています。藤原敏行(古今和歌集)の「**秋来ぬと目にはさやかに見えねども 風の音にぞおどろかれぬる**」、シンプルなこの歌を聴くと、なるほど、「**そんな感じがするなあ〜**」と感じていましたが、実感するのは、1ヶ月ぐらい先になってしまうかもしれません。

秋の味覚で、松戸の名産でもある「**梨**」も、夏の暑さのため、とても甘いのですが、雨が少ないため生育が良くなく、大きさが小さくなるそうです。この時期、「**冷たく冷やした、瑞々しい梨**」を食べると幸せな気分になります。

9月1日は「**防災の日**」で、台風、高潮、津波、地震、豪雨などの災害について認識を深め、それらの災害に対処する心構えをする日と言われています。そして、災害時でもお口の中が清潔に保てないと「**むし歯**」や「**歯周病**」というお口のトラブルだけでなく、「**感染症**」や「**誤嚥性肺炎**」のリスクも高まることになります。過去の災害時の事例でも、口腔ケア不足のためと思われる多くの「**感染症**」や「**誤嚥性肺炎**」が報告されています。「**防災セット**」に「**歯磨きセット**」を入れている方は少ないかもしれませんが、是非、「**歯ブラシ**」など「**口腔ケアグッズ**」を加えてください。

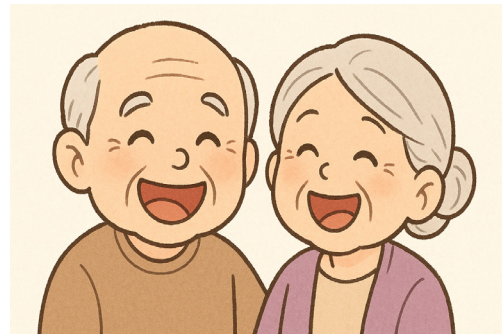
ハヤカワ歯科 院長 早川琢郎



就寝時の義歯の装着

85歳以上の高齢者の方が「**義歯を装着したまま就寝**」すると、「**肺炎に罹患するリスクが約2.3倍**」になると、日本大学歯学部と慶応大学医学部が発表しました。研究では、平均年齢87.8歳の高齢者524人(男性228人、女性296人)をベースラインとして、義歯装着者は453人で、そのうち就寝時に義歯を装着した群(186人)は、「**義歯を装着していない群に対し、肺炎に罹患するリスクが約2.3倍**」を示しました。それは、「**嚥下障害、認知症、脳卒中、呼吸器疾患**」を持った方と同等の「**高い肺炎に罹患するリスク(約2.3倍)**」を示しました。また、「**就寝時義歯装着者の口腔内**」には、装着していない群に比べて「**舌や義歯へのプラーク付着、歯肉の炎症、カンジダの感染**」が多く見られました。

研究結果から、85歳以上の高齢者の方はもちろん、それ以外の「**すべての義歯を装着している方々**」は、「**虫歯予防、歯周病予防、肺炎予防**」のために「**寝るときは義歯を外しましょう**」という「**日常生活習慣**」が必要だと思われます。しかし、「**残っている歯の数や状況・状態**」によっては「**夜間の取り外しが不可能な場合**」もありますので、ご相談ください。



9月のお知らせ

- 「**ハヤカワ歯科のホームページ**」では、「**当院の診療方針**」や「**ハヤカワ歯科インフォメーション**」のバックナンバーを掲載しています。これからも、皆様のお役に立つ情報の提供と内容の充実に努めてまいります。
<http://www.hayakawashika.com/>「**ハヤカワ歯科松戸市小金原**」検索をお願いいたします。
- 「**小児の歯並び**」「**咬合育成**」「**口腔機能向上**」のご相談、随時受け付けております。
- お口の機能の維持のための「**オーラルフレールの検査**」、「**トレーニング**」を行っています。

日曜診療日(9時～13時30分)

9月7日、21日 / 10月12日、19日