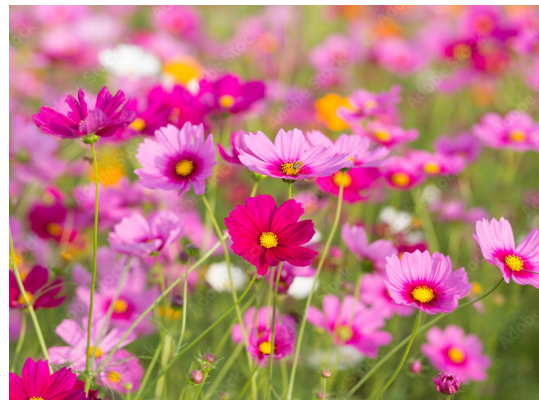




まだまだ暑いけれどセプテンバー

「9月」になってもまだまだ「秋の気配」はありません。昔は、平安時代の歌人・藤原敏行が「古今和歌集」で詠んだ「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」と言われたように、「9月」になると風景は夏ですが、風はどこか「秋の雰囲気」がしたものです。最近では、「9月」になっても「猛暑」でそれどころではありません。8月は「千葉豪雨」で記録的な「豪雨災害」が発生し、松戸でも多くの場所で被害がありました。今回、被災された皆様方にお見舞い申し上げます。また、大きな地震もあり、「今後の災害」が心配な毎日です。9月1日は「防災の日」です。1923年の「関東大震災」を教訓に1960年に制定され、「台風や地震、豪雨」などの「災害」に対する備えや心構えを確認する日となっています。「歯科関連の災害対策」としては、災害時の口腔ケア不足で、「誤嚥性肺炎、歯周病の悪化」などが引き起こされる可能性があります。水が使えない状況を想定し、少量の水で磨く工夫や、「歯ブラシ、歯周病予防・虫歯予防に効果のあるジェルタイプの歯みがき剤、液体歯みがき」などが必要です。入れ歯をお使いの方は、「入れ歯洗浄剤」が必要です（入れ歯洗浄剤も水なしで泡洗浄できるスプレーもあります）。「非常持ち出し袋」などに入れておくとういでしょう。また、避難の時に「入れ歯」を忘れて苦労したという話はよく聞きます。就寝時などは、入れ歯を外していますが、すぐに持ち出せるように対策しておくとういと思います。



歯科における「DMAT（災害派遣医療チーム）」のような災害支援チームは、「JDAT（日本災害歯科支援チーム）」と呼ばれ、災害発生後概ね72時間以降の避難所などで、「応急歯科診療や口腔ケア、口腔衛生指導」をおこなって、口腔内のトラブル、誤嚥性肺炎や災害関連死を防ぐ専門チームです。

ハヤカワ歯科 院長 早川琢郎

歯の本数が20本以下だと転倒しやすいです。

「超高齢社会」で「歯の健康と転倒」との関連を検討した研究があります。過去1年間に転倒経験の無い65歳以上の1,763名を対象として3年間追跡した結果、「19歯以下で義歯未使用の者」は20歯以上の者比べて、3年後の「転倒リスクが2.5倍高い」という結果となりました。「大腿部の骨折」については、歯数が14本～28本の者を基準として、「1本～13本は4.1倍」、「0本は4.5倍骨折リスクが高い」事が明らかになりました。また、19歯以下であっても、「義歯を装着している者の転倒リスクは1.36倍」で義歯装着が食べる事や見た目だけでなく、「転倒予防」にも役立つ事が示唆されました。

ヒトは頭部が重い「身体重心」が上半身になり、「咀嚼筋や歯根膜」から脳に向かう求心性の繊維によって「頭部の平衡が維持」されています。そのため、「歯の喪失や、義歯未使用」によるかみ合わせの喪失は、「咀嚼筋や歯根膜」からの神経伝達を減少させて頭部を不安定にし、その結果、「身体重心」が不安定になり転倒しやすくなると言われています。「無歯顎者（歯が全くない者）」を対象として総義歯装着の有無による「身体重心動揺への影響」を検討した研究では、義歯装着時のほうが、未装着時よりも動揺が少なく「直立姿勢が安定」することが明らかになりました。また、「噛み合わせの喪失」が、その後の「脚力やバランス機能の低下」につながることも明らかになりました。



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、治療、トレーニングについて随時受け付けております。

日曜診療日（9時～13時30分）

9月13日、27日 / 10月11日、25日