



地域一番の歯科医院を目指しています。

104号

## 山本歯科医院通信～「おだいじに」～

この「おだいじに」では最新の歯科の話題や、皆さんが普段疑問を持たれている事柄等についての情報を提供したいと思っております。こんなこと聞いてみたいな、あれってどうなんだろう？そんなことがあればどんどんリクエストしてください。バックナンバーも受付にあります。

2020年7月号



### 今こそ口腔ケア(定期検診)が大切だと思います

免疫力とは、ウィルスや細菌、がん細胞などの病原体と対抗・抵抗する力のことです。白血球からなる強力な生体防衛システムです。ただし、この免疫力が弱まると、様々な病気に罹患してしまいます。

免疫力の低下は種々さまざまな原因から起きますが、代表的なものとしては、①加齢 ②生活環境・生活習慣(食生活) ③ストレスと言われています。口腔内は様々な細菌や有害物質の入り口でもあり、体内への侵入のバリアの役割を果たしています。



#### ◎免疫力と口腔ケアの関係

歯周病は、糖尿病や心臓血管系疾患等の歯周以外にも影響を与えますが、口腔内の疾患が免疫力の低下に関連することもわかっています。

不正咬合、むし歯、歯周病などによる咬合機能が著しく低下し、唾液の分泌量が減少したり、口腔内の細菌バランスが崩れると、免疫力の低下へつながる因子を体内へと呼びこんでしまいます。また、免疫力の低下により、歯周病菌等の細菌の力が強まると、歯周病やむし歯を引き起こします。

粘膜免疫は口から入った病原体が粘膜に付着すると、全身免疫に情報を送るのと同時に素早く病原体に対応します。インフルエンザウイルスは喉や気管の粘膜で増殖するため、この粘膜免疫は感染防御に有効です。

唾液は細菌やウイルスを防御し、さらに口腔内の汚れも洗い流してくれます。その他にも、唾液に含まれるムチンには粘膜保護作用が、上皮成長因子には傷ついた粘膜組織を修復する作用があります。

口腔内は、常に300種類以上の細菌や真菌が生息しており、私たちの体は腸内細菌と同じように、口腔内の細菌とも上手に共存しています。口腔内に細菌が適切に存在することで、多くの病原体の感染を防ぐのです。しかし、口腔内が不衛生になり、細菌が増えてしまうと、一部の細菌が産み出す物質が、粘膜の防御機能を破壊してしまうことがわかっています。また、飲み込む機能が弱っているご高齢の方では、唾液に混ざった細菌が肺に入り、肺炎を引き起こすことも知られています。

むし歯や歯周病を予防するだけではなく、インフルエンザ・新型コロナ肺炎といった全身的な感染症を予防するためにも、**口腔ケア(定期検診)**は欠かせないことなのです。

院内新聞は紙でナログですが、山本歯科医院はホームページから24時間インターネット(WEBSITE)予約も受け付けております(PC・スマホ)。

もちろん、お電話による診察予約は今まで通りできます。  
WEB上では診察予約が空いている時間帯もわかりますので便利だと思います。  
新規初診・再初診・定期検診の患者さまが対象になります。(現在治療中の患者さまの予約変更などはお電話で承っております。)

山本歯科医院は院内で新型コロナ感染を引き起こさないように細心の注意を払っております。受診前に体調のすぐれない方、咳・発熱のある方などは受付へお伝えください。

今回の裏面の担当は河合さん(左)と中山さん(右)です。彼女たちスタッフも皆頑張っています。

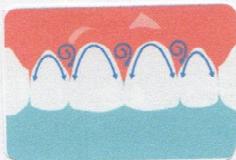


山本歯科医院 tel 0587-33-0570 fax 0587-33-0571  
<http://yamamoto-dc.racoo.co.jp/>

# ワンタフトブラシ



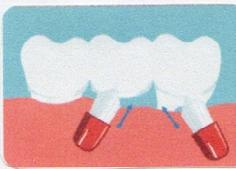
特殊な三角毛のワンタフトブラシは、通常の歯ブラシでは届かない磨き残しの多い場所に“ピンポイント”で清掃が可能です。



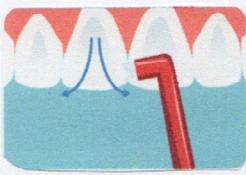
歯と歯ぐきの境目をなるべく磨いてみます。  
歯周ポケットの中の汚れを上手にかき出さための効果的な方法です。



テッポコの歯並びの部分も、しっかりと毛先を当てて磨きましょう。



被せ物(ブリッジ)の下や歯ぐきが下がって根っこが見えている部分も、磨き残しが多い所です。



前歯の裏側の深い溝も汚れが付着しやすい所です。汚れをしっかり除去しましょう。

担当：中山

新型コロナウィルス感染拡大防止のための、国の緊急事態宣言。全国で解除となりましたが、なお、さまざまな活動が制限される生活が続いている。この生活にも少し慣れてきた感もありつつ…、やはり、色々な不便や不満を抱えての毎日ですね。

このコロナ禍が終息したら、みなさんは何をしたいと考えいらっしゃいますか？ある調査では1位が外食、2位国内旅行、3位ショッピングと続いているそうです。年代によって違いはあるかもしれないですが…、うんうん、そうそう、うなずけますよね。

私は、スポーツ観戦をとても心待ちにしています。いちばん身近なところでは、大学生の息子のサッカーのリーグ戦開催が待たれます。とても残念なことに、夏の甲子園は中止が決定してしまいました。球児たちのため、せめて地区予選開催が実現してくれればと思います。毎年、観戦を楽しみにしている大相撲名古屋場所も、どうやら開催は難しそうですが、ひいきの力士の復活を願っています。そして、プロ野球。名古屋ドームで、ナゴヤ球場で、地元出身の若手選手たちに大活躍してほしいです。そしてそして…。

これから毎日も、すぐに今まで通りの生活に戻ってくるわけにはいかなさそうです。でも、コロナ禍が終息したらやりたいな～と思っていたことを、できることから順番に、みんなが段々と実現できるようになったらいいですね。きっともう少しです。

歯科助手:河合 (令和2年5月26日)