



日本歯科大学（新潟病院
医科病院）

Vol. 6
2010.1.1

アイヴィ通信

～皆様の口腔と全身の健康を目指して～

「第12回新潟市健康福祉まつり」に参加しました



新潟病院は、平成21年10月25日（日）万代シティパークを会場に開催された「第12回新潟市健康福祉まつり」に出展参加しました。この催しは、多くの市民が福祉の現況や健康づくりについて考え、関心を深めるとともに、市民の方々の助け合いの輪が広がることを願って、例年開催されています。

総勢約57ブースが出展された大規模な催しですが、本院からは、「いき息さわやか外来」の大森みさき医長と安川俊之医員に、学生ボランティアが協力し、新潟市歯科医師会・新潟市保健所・新潟県歯科衛生士会、

新潟大学歯学部などと共同で歯科のブースを出展しました。「噛みしめる 生きる喜び 歯とともに…」をスローガンに、市民の皆様にお口の健康増進を体験していただくなど、お口の健康増進に関する啓発活動を行いました。多くの皆様から、楽しみながらお口の健康を学ぶことができた大変喜んでいただけました。また協力してくれた学生ボランティアからは、「歯科の分野で地域の方々の健康を支えていく私達には大きな責任があり、歯科医療は本当にやりがいのある仕事だと改めて実感しました。」などの声が聞かれ、これから歯科医師を目指す者にとって、大切なことを学んでもらえたようです。





1. あなどれない脂肪肝 NASH(非アルコール性脂肪肝炎)について

●日本歯科大学医科病院
内科 講師

廣野 玄



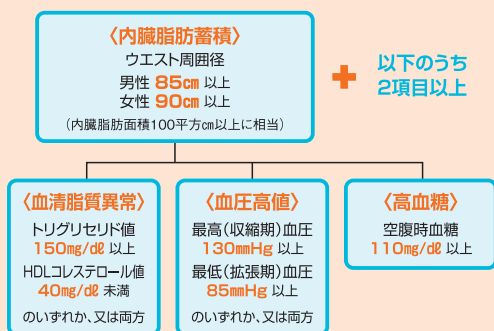
◆はじめに

近年、生活習慣、特に食生活の欧米化(高カロリー、高脂肪食)などの関与により、本邦においても肥満、特に内臓脂肪型の肥満の増加が危惧されています。内臓脂肪型の肥満は高血圧や糖尿病、脂質代謝異常との関連性が高く、現在ではそれらの疾患を包括してメタボリック症候群と呼んでいます(図1)。メタボリック

症候群は将来、心筋梗塞や脳梗塞など動脈硬化性疾患に強く関与しているため、早期の生活習慣の改善や内服治療が必要とされています。

一方、内臓脂肪型肥満は心血管疾患の他に、高率に脂肪肝を合併しています。脂肪肝とは肝組織内部にびまん性に脂肪が沈着している状態であり、原因としてアルコール性によるものと、非アルコール性によるものに分けられています。アルコール性の脂肪肝、肝障害は進展すると肝硬変や肝癌になっていくことが知られていますが、近年、従来安全と考えられてきた非アルコール性の脂肪肝の中でも、肝硬変や肝癌の発生母地になりうるようになってきました。この疾患をNASH(“ナッシュ”と読みます)と言います。本稿ではこのNASHについて述べたいと思います。

●図1 メタボリック症候群の診断基準
〔健康情報ホームページ うちねっとより一部引用〕



※CTスキャンなどで内臓脂肪量測定を行うことが望ましい。
※ウエスト径は立位、軽呼吸時、臍レベルで測定する。脂肪蓄積が著明で臍が下方に偏位している場合は肋骨下縁と前上腸骨棘の midpoint の高さで測定する。
※メタボリックシンドロームと診断された場合、糖負荷試験が薦められるが診断には必須ではない。
※高トリグリセリド(中性脂肪)血症、低HDL-C血症、高血圧、糖尿病に対する薬物治療を受けている場合は、それぞれの項目に含める。
※糖尿病、高コレステロール血症の存在は、メタボリック症候群の診断から除外されない。

◆NASH (non-alcoholic steatohepatitis : 非アルコール性脂肪肝炎) の概念

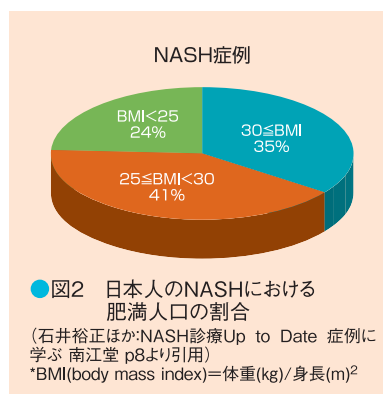
非アルコール性の脂肪肝はアルコールをあまり飲まないのに脂肪肝の状態であることを言いますが、厳密にはアルコール消費量20g/日(日本酒では1合/日、ビールでは大瓶1本/日)以下の患者さんの脂肪肝を指しています。原因は主に肥満(特に内臓脂肪型肥満)、脂質代謝異常、糖尿病などでメタボリック症候群に深く関与していることが知られています。非アルコール性の脂肪肝の9割は炎症を伴わない単純性脂肪肝(いわゆる脂肪肝)ですが、残りの1割は、あたかもアルコールを大量に摂取していたかのごとく、肝臓に炎症や線維化を伴った組織像を呈していることがあり、その状態をNASHと呼んでいます。

◆NASHと単純性脂肪肝との鑑別

自分の脂肪肝がNASHなのか、あるいは通常の単純性脂肪肝なのかの鑑別は容易ではありません。それは両者の肝障害の程度が同程度であり、さらにNASHの診断基準として肝組織像が必須条件になっているからです。残念ながら侵襲的に肝臓の組織を採取(肝生検)して見てみないと厳密には鑑別はできません。組織採取の具体的な方法は、腹部超音波検査を使って肝臓を見ながら細い針で肝組織を採取することが一般的です。非アルコール性脂肪肝の全例に肝生検を施行してNASHを診断することは現実的ではありませんが、その中でも肝障害の程度が強い場合やNASHから肝硬変への進行が考えられた場合(肝機能の低下、血小板数の低下、線維化マーカーの上昇)に、肝生検の適応となります。

◆NASHの疫学

本邦でのNASHの有病率は成人100人に1人弱と推計され、男女差はなく、肥満度が高くなるにつれて有病率も高くなることが知られています。一般に肥満度はBMI (body mass index)が用いられ、体重(kg)/身長(m)²で計算されます。正常値は18.5以上25未満(標準値は22)で、25以上が肥満と診断されます。図2に示すように、NASHの患者さんの約3分の2が肥満で占められています。



◆NASHの予後

本邦におけるNASHの予後は未だ明らかではありませんが、欧米での多数例での検討では10年程するとNASHの2割程度が肝硬変に移行すると考えられています。肝硬変の原因として主にC型肝炎ウイルスやB型肝炎ウイルス、アルコール性などが知られていますが、5~30%は原因不明です。最近、その中にNASHが多く含まれているのではないかと考えられています。NASHでも肝硬変になれば肝臓の発生につながる事が予想され、近年、NASH関連性の肝臓がんが報告されるようになってきました。

◆NASHの治療、予防

生活習慣の改変を伴う減量は、現時点におけるNASHに対するほぼ唯一の確立された治療法です。順調に減量を行うことができれば肝臓の組織学的改善をもたらすことが知られています。しかし、1.5kg/週以上の過度の減量は、時にNASHの増悪をきたすことがあるので注意が必要です。他にウルソ、ビタミンE、糖尿病治療薬(インスリン抵抗改善薬)などの薬物療法も試されています。

◆おわりに

今まで非アルコール性であるNASHについて述べてきましたが、アルコール性の脂肪肝、肝障害も早期の治療(減酒あるいは禁酒)が必要なのは言うまでもありません。高度の肥満で、あまりアルコールを飲まないのに脂肪肝と診断された場合はNASHの可能性も考え、早目に内科外来を受診し、早期の診断・治療に努めましょう。



2. 口のかわきが気になりませんか？

●日本歯科大学新潟病院
口腔外科 講師
口のかわき治療外来 医長

戸谷 収二



◆1. はじめに

最近、口のかわきを感じている方が増えてきています。これまでも口がかわいている人がいましたが、専門的に診てくれる診療科はありませんでした。

口のかわき治療外来とはそのような口がかわいて困っている人に対して専門的に診療を行うところです。

◆2. 口のかわきとは？

口のかわき(口腔乾燥症、ドライマウスともいわれます。)を持つ人は日本で約3000万人と推定されています。口がかわく人の増加している背景には現代人に多い主にストレスや不規則な食生活が原因であるとも言われています。

◆3. 口がかわとうなるの？

軽度では口の中のネバネバ感、虫歯、歯垢や舌苔の増加、それに伴った口臭も現れます。重度になると口の中の粘膜が口内炎になり、痛くて食事がとれない摂食障害、会話時にしゃべりづらいなどの発音障害も現れます。場合によっては夜間に口のかわきが気になり目が覚め寝不足になったりします。

◆4. 口がかわく原因は？

原因は非常に多彩でいくつかの原因が複合している場合が多いです。代表的な原因を以下に説明します。

食生活

現代の食生活では唾液を十分にださなくても飲み込めるようなファーストフードや食事が主流になっています。嚥む筋肉が弱くなり、唾液をつくる袋である唾液腺がポンプのように押されないため唾液の分泌が従来よりも少なくなり、口がかわくと考えられています。

精神的ストレス、 緊張

ストレスや緊張により交感神経が刺激され、唾液の分泌が抑制され口がかわいてきます。

薬物

抗うつ剤、鎮痛剤、抗パーキンソン剤、降圧剤などの薬の副作用として唾液分泌が低下する場合があります。

年齢によるもの

年齢とともに口や顎の筋力の低下や萎縮がおこり唾液の分泌量が低下します。70歳以上で男性16%、女性25%の量的低下。80才では老人性萎縮により25%以上の低下がみられます。

口で呼吸する (口呼吸)

鼻炎などの鼻疾患や癖(くせ)のため口で呼吸することにより唾液が蒸発することで、口がかわくことがあります。

その他の病気など

浮腫、脱水症、糖尿病、シェーグレン症候群、放射線、骨髄移植など様々な原因により口がかわくことがあります。

◆5. どんな検査をするの？

1. **安静時唾液**：自然に流れる唾液量を測定します。
2. **サクソンテスト**：ガーゼを噛み、唾液重量を測定します。
3. **ガムテスト**：ガムを噛み、その間に分泌された唾液量を測定します。
4. **口腔水分計**：舌や頬に器械を押しあて、水分量を測定します。

1. 安静時唾液量



2. サクソンテスト



3. ガムテスト



4. 口腔水分計(ムーカス)



◆6. どんな治療するの？

〈生活指導や対症療法が中心〉

口の中の粘膜保護が必要なことから、保湿力の高い洗口液、保湿剤、スプレーによる噴霧、夜間の乾燥を防ぐ保湿用マウスピース、夜間義歯などを症状に応じて処方、投与します。

その他、ガム療法、味覚刺激療法、唾液腺マッサージで刺激をすることで症状の改善が期待できます。また、シェーグレン症候群のような重度なドライマウスに対しては適応のある内服薬により治療します。

口のかわきが気になる方は検査・治療を受けることをお勧めいたします。

初診は種々の検査を行うため時間がかかります。はじめて受診される方は電話で予約をしてお越しください。

新潟病院



臨床研修歯科医師のクラレ

第6回

お口の中のレントゲン撮影について



総合診療科4 臨床研修歯科医師

●山口 晴香 ●山下 泰代 ●竜 佑宗 ●穂積光太郎

虫 歯や根の病気、歯周病などの診断や治療経過を確認する際にレントゲン写真を撮っていただきます。レントゲン写真は、放射線的一种であるエックス線を目的とする被写体に照射し、透過したエックス線をフィルムに写したもので、エックス線の発見者であるウィルヘルム・レントゲンにちなんで名付けられました。

レントゲン写真には、一般的にお口全体のあごの骨の状態をみる大きい写真(パノラマエックス線写真)と、歯の状態を細かくみる小さい写真(デンタルエックス線写真)の2種類があります。大きい写真では、親知らずの位置や、骨の中の病気の状態などがよくわかります。小さい写真では、口腔内では見えない詰め物の下の虫歯の状態、歯の神経の状態、根の周りの骨の状態などがわかります。

エックス線はフィルムの感光部を黒く変色させるため、体がエックス線を通過させた部分では黒く写り、体がエックス線を阻止した場合には、白く写る性質を持ちます。よって、健康な骨や歯など、エックス線透過しにくい組織の箇所は白く写り、透過性の高い部分すなわち虫歯に侵された歯の一部や、歯周炎などで根の周囲の骨が溶けた部分などは、黒く写ります。

こ のようにレントゲン写真は、私たちの目で直接見えない部分を写し出してくれるため、診断にとっても有効なものですが、一方で被爆という問題もあります。

自然界では、宇宙、太陽、大地、建物、食べ物などからもわずかですが放射線も出ています。自然界の放射線はおよそ年間2.4mSvの量といわれています。一般的に私たちがよく用いている小さいレントゲン写真は1枚あたり0.010~0.034mSvの放射線が出ますが、自然界の放射線はこのレントゲン写真のおよそ150~200枚の量に相当すると言われています。このため1枚のレントゲン写真をとることによるリスクは、極めて軽微なものといえます。

レントゲン撮影では、被爆というリスクを最小限にすることが大切ですが、1枚の写真から得られる情報は、歯科治療では、適切な診断と治療において、欠くことができない重要な検査です。

安心・安全で、より良い治療のために必要なレントゲン撮影に、ご協力お願いします。

ご意見箱から

Q

新型インフルエンザが流行しているのに、病院内に手指消毒薬が設置されていない。病院なので当然設置すべきではないか。

回答

手指消毒薬の設置に関しましては、病院内の院内感染防止対策委員会等でも協議いたしましたが、手指消毒薬は万能ではなく、手洗いせずに手指消毒薬を使用しても十分な効果が得られないとの結論から、あえて設置しておりませんでした。ただ、このような事情を十分な説明もなく、手指消毒薬を設置していなかったことは怠慢とお叱りを受けることは当然と考えます。この度、手指消毒薬を病院玄関付近に設置させて頂くとともに、さらに手洗い励行の啓発を図っていくことにいたしました。

Q

入院後一番安心したのは、担当看護師さんが施設の中を丁寧に説明して下さいました。手術には不安もありましたが、入院直後から自分の家で安心して看護を受けている様でとても助かりました。建物は若干、古いようですが、病棟内は清潔が常に保たれており快適にすごしています。給食は流動食ですが、味に変化があり、患者が残さず食べやすい工夫が見られ毎回おいしく頂いております。本当にありがとうございます。

回答

流動食はスープやポタージュ、ジュース類を組み合わせ同じ味付けの料理が重ならないようにしています。また、歯科専門病院ということで患者さんの食事は、噛む力や飲み込む力によって料理の固さや大きさ、水分量などを調節して作っています。これから喜んで頂けるように創意工夫していきたいと思っています。

●新潟病院 管理栄養士 近藤さつき

「手術」という不安を持って入院される方が、安心して治療を受けられるよう、患者さんに寄り添って看護させていただいております。入院設備に関しても、昭和47年の開院以来、定期的に改修し充実を図っております。また環境清掃も徹底して行っております。

●新潟病院 看護師長 横山涼子

編集後記

■毎年恒例の「今年の漢字」、2009年は「新」でした。政権交代して新内閣が発足、裁判員制度や高速道路料金割引制度など新制度がスタート、メジャーリーグのイチロー選手や水泳競技での新記録ラッシュ、世界中で猛威を振るった新型インフルエンザなどなど、新しい話題がたくさんありました。こじつけかもしれませんが、「新」は新潟の新でもあります。2009トキめき新潟国体、日本政令市にいがた水と土の芸術祭2009など、新潟の活躍が目立った一年でもありました。2010年、気持ちも新たにより良い一年となるよう過ごしていきたいものです(中)



日本歯科大学新潟病院・医科病院
アイヴィ通信

Vol. 6
2010.1.1

発行日/平成22年1月1日 発行人/関本恒夫 五十嵐文雄
〒951-8580 新潟県新潟市中央区浜浦町1-8
TEL 025-267-1500(代) FAX 025-267-1546(支援室直通)