



日本歯科大学（新潟病院
医科病院）

Vol.25
2014.10.1

アイヴィ通信

～皆様の口腔と全身の健康を目指して～

新潟まつり 大民謡流しに参加して



今年も恒例の新潟まつりが8月8日、9日、10日の3日間で開催されました。本学も8日に開催された大民謡流しに参加し、職員と学生ならびにブリティッシュコロンビア大学からの留学生を含めた総勢80名で新潟甚句に合わせ踊りを披露しました。例年に比べ参加団体も増加しており、より一層大きな盛り上がりを見せました。

当日は雨の予報もあり中止が危ぶまれましたが、午後からは天候が回復し予定通りの開催となり一同安心しました。午後7時頃になると交通規制が始まり、萬代橋上には多くの踊り手と見物客で賑わう様になりました。そしていよいよ新潟甚句が流れ出すと踊り手は一同に整列して踊り始め見物客を魅了していました。時折小雨が降る場面も見られましたが、終始大降りになることはなく天候は穏やかに進行しました。肝心の本学の踊りも練習の甲斐あってか、皆が揃って綺麗な踊りをみせ、終盤には「ありゃさ～ありゃさ～どっこいしょ～それっ歯科大それっ!」と活気ある掛け声も飛び交い、お祭りらしさも垣間見ることが出来ました。そしてフィナーレには、昨年同様に新潟の夜空に花火が打ち上げられ、萬代橋上からの眺めは格別でした。夏を体感できる最高の夜となりました。

いよいよ夏も終盤となり、やや肌寒さも感じるようになってきました。また来年のアツい夏が来るのを楽しみにしています。
(訪問歯科口腔ケア科 赤泊圭太)





歯の若返り術！ 歯にも見た目の年齢があります！

●日本歯科大学新潟病院 総合診療科
准教授

菅原 佳広



現在を境に日本の人口は減少して行くばかりではなく、少子高齢化が急速に進んでいくと推計されています。その中で平均寿命や健康寿命は延びているため、アクティブシニアと呼ばれる元気でいきいきとした高齢者が益々増えています。お肌の状態で大まかな年齢が想像できるように、歯にも年齢が現れてきます。健康な歯や歯茎はもちろん若々しく見えますが、虫歯や歯周病というような病的な状態は見た目を悪くします。そのうえ、歯の治療した箇所がはっきりと判別できる銀歯や入れ歯のバネが目立つと年齢が高く見えてしまいます。例えば、前歯に入れ歯のバネが見えている状態から、最新のコンピューター技術と技工士の職人技が融合したオールセラミックスのブリッジ修復を行った場合は見違えるように美しく快適なお口の状態にすることができます(図1)。また、バネのある入れ歯と磁石を使った入れ歯を比較すると、機能面と審美面において大きな違いがあります(図2)。この他にも、ホワイトニングやインプラント、ダイレクトボンディングという美しく仕上がる修復法もあります。

これらの治療法は健康で快適な歯の状態を目指す一般的な歯科治療(健康保険に

よる治療)からもう一歩踏み込んで自然感のある美しさまで加えた特別な歯科治療ですが、最新の器具や材料を使いこなすことで驚くほど美しく治療することができるようになりました。

元気で長生きしていく上でとても重要なのは『歯』ではないでしょうか？しっかりと噛んで食事をとることは栄養面で大切です。美味しく食べることは心の栄養になります。歯の美しさは素敵な笑顔の源で行動や考え方をアクティブにします。美しい歯で輝く人生をおくっていいいただきたいと願っています。



●図1 入れ歯をブリッジで治した症例



●図2 入れ歯の構造の違いによる見た目の差



口腔衛生に関する基礎知識 Part 2 フッ素を用いるむし歯予防

●日本歯科大学新潟病院 総合診療科
講師

石井 瑞樹



前回は、フッ素入り歯みがき剤の効果的な使用方法について簡単に解説しました。フッ素を用いるむし歯予防には、他にもフッ化物歯面塗布やフッ化物洗口(うがい)などがあります。これらは、フッ素入り歯みがき剤と同様に、幼少期からのむし歯予防だけでなく、高齢者に多い根面う蝕(歯の根のむし歯)の予防にも効果があるとされています。

◆1.フッ化物歯面塗布 <専門家による予防>

フッ化物を歯に塗る予防方法は、患者さん各々の特徴を把握したうえで専門家(歯科医師や歯科衛生士)が行うものです。他の方法に比べて高濃度のフッ素を歯に直接塗るため、基本的には診療室で実施しますが、乳歯が生え始めてから実施できて、歯みがき剤や洗口で十分に予防できない年齢の時期に有効です。フッ素を含む溶液やゲルなどの薬を用いて継続的に塗布することで十分な効果が得られます。かかりつけの病院や歯科診療所を定期的に受診するか、市町村の幼児歯科検診と同時にフッ化物塗布を行っている地域もありますので、機会をみつけて受けることをお勧めします。

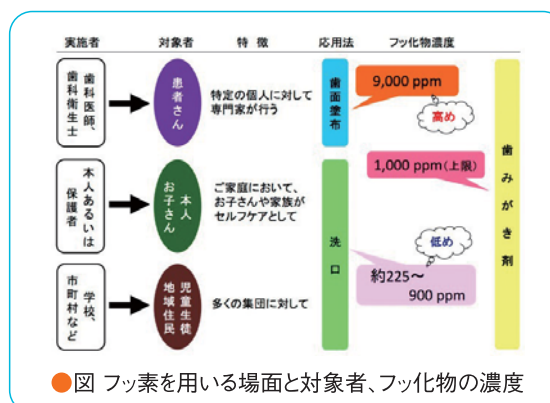
◆2.フッ化物洗口 <学校や地域、ご家庭で行う予防>

学校や地域単位で集団に応用し効果があるとされているのがフッ化物洗口です。新潟県のフッ化物洗口実施率は全国的に高く、学校を中心に行われているため、県内12歳児の1人平均むし歯本数は少なく10年以上も全国1位を守っています。歯面塗布と比較して安価な手段であるため、「ブクブクうがい」ができる年齢以降にとっても有益であり、フッ素の濃度が低い薬液を用いるので安全性が高いのも特徴です。

ご家庭で行うことも出来ますが、薬液の保存・保管や調整がうまくできなかつたり、毎日歯みがきの後で洗口するのが面倒であったりと、なかなか継続実施が難しいのも事実です。まずは、かかりつけの歯科医に相談し適切な指導を受けてから実践することが望ましいでしょう。

◆～フッ化物はさまざまな場面で応用できます～

このようにフッ化物を用いる場面は、歯みがきや洗口によるセルフケア、専門家が行うプロフェッショナルケア、学校や地域の集団に対するパブリックケアに分けられます。歯の生え始めから成人期まで、ライフステージごとに有効な手段は何か、を患者さんで自身がよく理解して、お口の健康の保持増進のために応用していくことが重要といえます。





病院で働く人々

第14回 hospital specialist

「歯科衛生士」の小林 えり子 です。



みなさん歯科衛生士という職業はご存知でしょうか。歯科衛生士は歯科疾患の予防や口腔衛生の向上を図ることを目的として、お口の健康づくりをサポートする国家資格の専門職です。歯科医院や病院だけでなく福祉施設や行政機関、養成学校など多方面で活躍しています。

おそらくみなさんの中では歯科医師の診療のアシスタントや歯磨きの仕方を教えてくれる“女の人”というイメージがほとんどかと思います。実は歯科衛生士は女性だけの職業ではないのです。歯科衛生士法により以前は女性のみに限定されていましたが、現在では男性でも資格を取得することができます。まだ少数ではありますが全国で約40名程度いるそうで、現在養成学校で歯科衛生士を目指している男性の方もいらっしゃいます。看護師や保育士も男性が増えてきていますので、歯科衛生士においても今後男性がさらに増え活躍してくれればと思います。



また当病院の歯科衛生士は日常の診療に加え学生の教育・指導や学術研究活動なども行っています。研究活動の成果は各分野の学会で発表することがあります。私も過去2回日



本歯科衛生学会でポスター発表させていただきました。この学会は歯科衛生士業務の実践者や教育・指導者の学術研究の場として公益社団法人日本歯科衛生士会が設立した学会です。発表される内容は治療に関するものや災害支援活動時の報告、歯ブラシの研究、学生教育についてなど幅広く様々です。発表された内容について質疑応答や意見交換が活発に行われ、他院の歯科衛生士と交流できる貴重な場ともなっています。学術研究活動を行いその成果を発表することは、自分自身にとって大変大きな経験をもたらしてくれます。また他の分野で活躍されている歯科衛生士の発表を見て学ぶことで、たくさんの刺激を受けることができます。

技術面だけでなく学術面の向上も怠らず、今後も皆様に安心して来院していただける病院となるよう努めてまいります。

ご意見箱

当院では、患者様より病院内の設備やスタッフに対するご意見を受付脇に「ご意見箱」を設置してお聞きしております。歯科医療相談室ですべての投稿に対して真摯に対応しております。

● 歯科医療相談室
室長

黒川 裕臣



1

受診申し込み等を書くのは立って書ける人だけではありません。低い机はありませんが椅子がありません。用意してはいかがでしょうか。

回答

ご指摘ありがとうございます。至急ご用意いたします。

2

治療台の洗面器に前の人の治療のカスが残っており気持ちが悪かったです。助手の人に言いましたが、そのままになっておりました。治療している間に掃除をしてほしかったです。

回答

不快な思い、大変申し訳ございませんでした。患者様に気持ちよく治療を受けていただけるよう、治療台使用後の掃除を徹底いたします。

3

入院後、一番安心したのは担当の看護師さんが施設の中を丁寧に説明してくださったことです。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、快適に過ごしています。給食は流動食ですが、味に変化があり患者が残さず食べるような工夫が見られ毎日おいしくいただきました。担当の先生は術前術後の説明をより詳しくしてくださって、分からないときはいつも丁寧に対応していただき感謝しております。担当以外の先生、看護スタッフの方々はいつも明るく、キビキビと仕事をされているように見受けられ、とても好感が持てる病棟だと思いました。

回答

感謝の言葉を頂きありがとうございます。入院に対してたくさんのご心配があったと思います。病棟業務につきまして、お言葉を礎に職員一同、患者様によりいっそう安心して治療を受けていただける対応を心がけて参ります。

新潟
病院

臨床研修歯科医師の



第21回 入れ歯のお手入れ、保管について



総合診療科3

●吉田 哲也 ●廣岡沙由梨

現 在入れ歯を使っている方々、みなさんは普段、どのように入れ歯のお手入れをしていますか？お手入れ方法や保管方法を確認すると意外にも、長年使っていたのに正しいやり方を知らなかった、という方がいらっしゃいます。

それでは、お手入れ・保管方法をいくつか紹介したいと思います。

- ① 入れ歯は毎食後に清掃するようにしましょう。義歯洗浄剤や義歯用ブラシ(歯磨剤はつけないで!)を使って洗うことでプラークや細菌が付着するのを防ぎ、口内炎などを予防することができます。
- ② 就寝前には入れ歯をはずし、乾燥を防ぐために水中に保管しましょう。汚れが気になるときは義歯洗浄剤と一緒に使うのもおすすめです。
- ③ 入れ歯の専用ケースをもつようにしましょう。外出時に入れ歯をはずすような状況になったとき、ついうっかりポケットや鞆の中にそのまま入れてしまうと入れ歯が変形して使えなくなってしまうことがあります。

さ て、入れ歯のお手入れ・保管方法についてお話してきましたが長期間使い続けるためのポイントがもう1つあります。それは歯磨きをしっかりとすることです。”自分は歯がないから関係ないな”とお思いになる方もいらっしゃるかもしれませんが、残念ながら歯がなくてもお口の中は汚れていってしまいます。部分入れ歯を使っている方には歯ブラシや歯間ブラシ、総入れ歯を使っている方にはスポンジブラシを使うことをおすすめします。入れ歯だけでなくお口の中も清潔に保つことで残っている自分の歯を保存し、お口のトラブルを防ぎ、入れ歯を作り直すことなく長期間使い続けることができます。

入 れ歯が合って調子が良いときにも、半年に一度くらいは定期検診で義歯とお口のチェックをしましょう。

自分で気がつかないうちに入れ歯とハグキの間に隙間ができて、歯がむし歯や歯周病になっていることがあります。重症にならないうちに早めに治療するのが入れ歯を長持ちさせるコツです。

なんとなく食べにくい、噛みにくいものが増えてきたという場合には、入れ歯を調整・修理、あるいは作り直すことで食事のバリエーションがぐっと広がります。

栄養を取って食欲を満たすだけでなく、楽しくおいしく食べることで生活の質が向上します。

人生の大きな楽しみである食べることと健康な生活を送るために入れ歯をしっかりと手入れをしていきましょう。

編集
後記

■秋も深まり過ごしやすい季節になりました。里山の紅葉も見ごろを迎えてますが、御嶽山の噴火を始め、立て続けに起こる自然災害のニュースを見ていると自然の雄大さに心惹かれる一方で、我々の生活は常に自然の脅威にさらされているのだなと身の震える思いです。

さて今回のアイヴィ通信ですが、当院・学内で行われた夏のイベントについて紹介いたしました。地元の祭りに参加して地域の皆様と交流を深めるとともに、学内では浜浦祭に合わせて公開講座を開催して、最近の歯科の流れを発信しております。読者の皆様が健口に過ごすための一助となればと思います。(ひろー)



日本歯科大学新潟病院・医科病院

アイヴィ通信



発行日／平成26年10月1日 発行人／山口 晃 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)