



日本歯科大学 (新潟病院
医科病院)

Vol.28
2015.8.1

アイヴィ通信

～皆様の口腔と全身の健康を目指して～

医療の向上と研究

新潟病院副院長
寺田 員人



一昨年、身体の様々な組織や臓器になるとされるiPS細胞を作り出すことに成功した京都大学山中伸弥教授がノーベル医学・生理学賞を受賞し話題となりました。昨年、STAP細胞問題で科学研究の信頼性を失う危機となりました。科学研究は、高い倫理性が必要な活動です。そのために文部科学省と厚生労働省による新たな「人を対象とした医学系研究に関する研究指針」が今年4月1日に施行されました。医療は、科学研究を根拠に成り立っているのは周知のことです。医学研究の多くは、この指針に従って行われています。

ほとんどの医学研究は、研究の適正について第三者を含めた倫理審査委員会で審査した後に、研究が開始されます。その委員会では、研究の内容の適正さ、研究協力者の保護などを審査します。自分の妻を研究の協力者として麻酔を施した華岡青洲の研究、あるいは有効性のために天然痘の予防として行ったジェンナーの研究(牛痘を接種されたのは自身の子供ではなく、ジェンナー家で働いていた父親のいない労働者が現在の見解のようです)は、現在の審査基準で判断すると、不適切とされる部分があります。その理由として、研究協力者の保護(身内あるいは弱い立場の人)が不十分なことと、研究者の身内ということで結果の信憑性に影響する可能性が高いことが考えられます。研究結果の信憑性が高くなければなりません。現在では、研究協力者の十分な保護を有する研究者と関係の薄い研究協力者が必要です。

医療の向上には、臨床での医学研究が必要です。今回の指針では、信頼性を確保することと研究協力者の保護が強化されました。そのため、患者様に研究の協力をいただく場合、以前より丁寧な説明、細かな点まで記載された同意書の作成が必要となりました。なお、研究の協力のお断りは、いつでも可能です(当病院では、診療科の受付、1階の病院全体の受付、話しやすいところでお伝えください)。



なお、医学研究が、適正で、そして精度の高い研究とするために、患者様にご協力をお願いすることがあります。その際、今まで以上に丁寧な説明と同意をお願いすることとなります。ご理解とご協力をお願いいたします。



歯の健康を考える Part1 国民の「歯科検診や歯科治療」に対する意識とは

●新潟病院総合診療科2

石井 瑞樹



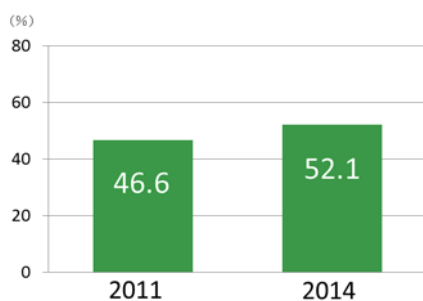
◆歯の健康管理

皆さんは、普段からお口や歯の健康についてどのくらい考えていますか？歯の病気や歯科治療に関しては、「むし歯や歯周病になるのはイヤ」、「食べ物が噛めないと美味しく食事ができない」、「治療は怖いしお金も時間もかかる」など様々でしょう。昨年のニュースレターでは、皆さんに正しいお口の清掃習慣を身につけていただくために、日々のブラッシング方法や口腔衛生用品の特徴などを紹介しました。しかし、お口の健康を守るためには自身が行うセルフケアだけでは十分とは言えません。定期検診（健診）や保健指導、予防処置などを受けながらお口の健康の保持増進に努めていく必要性について考えましょう。

◆みんな、定期的に歯科を受診しているの!?

定期的に歯科を受診しなければならない主な理由としては、①日頃のブラッシングでは完全に取りきれない汚れを専門家に除去してもらう、②歯科治療後の経過観察や長期的なメンテナンス、などが挙げられますが、それだけではありません。今の日本は、自らが行動に移さなくてもずっと歯科検診を受けられる環境にはなく、多くの人が学校を卒業して社会人になると歯科検診の受診機会は激減します。幼少期から思春期頃までは、学校保健活動として定期歯科検診や歯科保健指導などがあるため、若い時にお口の健康や歯の大切さを学び、予防のための良い習慣を身に付けることができます。一方で、成人期以降は、受診義務のある歯科検診はごく一部を対象としたものだけで、あらためて「歯の健康を考える」機会は一

●図1 過去1年以内に歯科検診・健診を受けた者

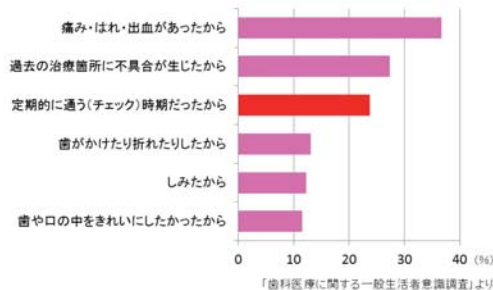


「歯科医療に関する一般生活者意識調査」より

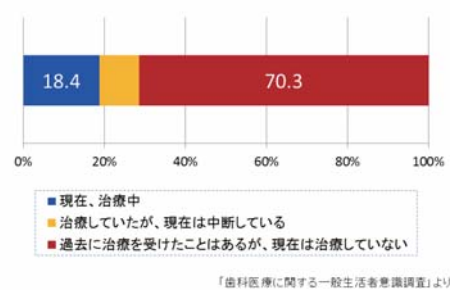
気に減り、自らが歯の健康に対する正しい認識と高い意識を持って行動しなくてはなりません。このようなことから、歯科の受診をきっかけに継続的な定期検診を勧められることが多くなります。

日本歯科医師会が2014年に成人20～70歳代（計10,000人）を対象に実施した「歯科医療に関する一般生活者意識調査」によれば、調査時より1年以内に歯科検診を受けた者は52%であり、2011年の同調査結果の47%から5ポイント増加しています（図1）。しかし、年齢でみると高齢者が多く、20～50代ではまだまだ少ないのが現状です。

● 図2 歯科を受診するきっかけ



● 図3 歯や口腔に異常を感じている人の歯科治療の状況



皆さんが実際に歯科を受診するきっかけ(図2)で最も多いのは、「痛み・はれ・出血があったから」で37%を占めますが、「定期的に通う(チェック)時期だったから」は24%と比較的多く、症状や不具合だけでなく、お口の健康管理についての高い意識が少しずつ受診行動に結びついてきていることがわかります。

◆ 普段お口や歯に異常を感じている人は、多い

この調査対象10,000人のうち、「歯や口腔に異常を感じている」者は半数以上の55%でした。成人の2人に1人以上は、普段からお口の状態に違和感を持ちながら生活していることになります。そして何より驚きなのは、そのうち、現在治療中の者は2割にも満たなく、7割の人は全く受診行動をとっていないという事実です(図3)。歯科治療を受けない理由は、「悪いところがないから」や「痛みを感じるなど、ひどい状況にないから」などが多いことから、異常や違和感を感じているにも関わらず、「悪いところがない」、「今は特に不自由ではない」といった自己判断により歯科の受診から足が遠のいているのではないかと推測されます。はれや痛みなどの「決定的な動機」がない限り、歯科の受診には至らないようです。

◆ 歯科の役割は広がっています

とはいえ、お口や歯の異常を放っておくわけにはいきませんから、早期に治療することで病気の進行を阻止しお口の機能が失われないようにしなければなりません。そのために本院は、患者様に安心・安全な歯科医療を提供することを目指し日々診療を行っています。加えて、今後さらに加速していく超高齢社会に対応していく必要があります。近年は、糖尿病、誤嚥性肺炎、認知症などと歯科の関わりが盛んに言われているように、お口の健康は全身の健康との関連が深いことが少しずつ世間に認知されてきました。しかし実際は、そういう話を聞いたことがある程度で、詳しく知っている者は少ない現状があります。

最近よく「生活の質」という言葉を耳にしますが、歯科は、豊かな食生活や良好な人間関係の形成という側面で質を向上させるための大きな役割を担っています。従来からのお口の病気に対する治療だけでなく、病気の予防や保健指導・健康相談に対応するのが歯科医院・大学病院です。歯が痛い時に職場や自宅から近くてすぐに診てくれる、いわゆる「行きつけ」の歯科医院も必要ですが、それ以上に、自分のお口や歯のことは何でも相談にのってくれて、継続的な予防管理をしてくれる「かかりつけ」歯科医を見つけることが重要でしょう。

次回回、その「かかりつけ歯科医」についてお話する予定です。



Yショップがオープンしました!



新年度を迎え新潟病院1階に新しく、売店「ヤマザキショップ 日本歯科大学店」が華々しくオープンしました。開店日のオープニングセレモニー以来、多くの方にご来店いただいておりますが、これまでご利用いただいた医科病院売店と歯科用売店の機能をあわせ持った店舗となり、さらに便利になりましたのでご紹介します。

営業時間は平日(月曜～金曜)8:00～20:00 土日祝日は10:00～16:00となり外来患者様、入院患者様はじめ近隣の皆様にもご利用いただけるコンビニエンスストアです。

パンのヤマザキならではの商品ラインナップと充実したお弁当類がおすすめです。

歯科大附属病院として特に充実しているのが歯科衛生用具のコーナーです。歯ブラシ、歯間ブラシをはじめ用途に応じた歯磨き剤が種々並び、より快適なお口の環境を整えていただくために、保湿剤や洗口剤を取り揃えてあります。診療室で歯科医師や歯科衛生士に勧められたり清掃用具の指示があった場合にはYショップでご購入いただくことができます。担当歯科衛生等にご相談ください。また入院患者様に必要な品々と介護用品、栄養補助食品のコーナーも広いスペースを占めています。

店舗に隣接してラウンジが新しく設置されました。カウンター席とテーブル席は自由にご使用いただき、診療後の患者様やお付添いの皆様に喜ばれています。となく診療室では緊張や疲労感を覚えがちですが、少しでもリラックスしていただくためにお気軽にお立ち寄りいただければと思います。

時期を同じくして病院棟に向かって右手、講堂脇の医の博物館1階にGAKUSHOKU(学食)がリニューアルオープンしました。営業時間は平日(月～金)11:00～14:00のみですが、12:00から12:30を除けば比較的學生利用者が少なく、ゆっくりくつろげると思います。

おすすめの日替わり定食は肉、魚が選べます。

また手作りスイーツも人気です。患者様はじめご来院の皆様、こちらも併せてご利用ください。





新潟
病院



臨床研修歯科医師の コラム

第23回

ご家族の睡眠中に いびきが止まっていますか？



総合診療科2

●武者亮太郎 ●太田 信 ●竹内 寿志

日々の健康な生活の上で良質な睡眠は極めて重要です。近年、日中に強い眠気に襲われて重大な事故や健康被害を及ぼす原因の一つとして睡眠時無呼吸症候群(SAS)が注目されています。これは、ペロや首周囲の脂肪により空気の通り道が遮られることによって睡眠中に呼吸が止まる病気です。呼吸が止まった状態が10秒以上または一晩に30回以上あれば睡眠時無呼吸症候群の疑いがあります。睡眠時無呼吸症候群によって体に酸素が不足した状態が続くと、高血圧、不整脈、心疾患、糖尿病などの生活習慣病を合併または悪化させるリスクが高まります。もし、ご家族の中で睡眠中に呼吸、いびきが止まっている方、日中に強い眠気を感じている方がいれば歯科医師に相談されてみてはいかがでしょうか？

Q. こんな症状に覚えがありませんか？

睡眠中

- いびきをかく
- 息が止まる
- 息が苦しくて目が覚める
- 何度も目を覚まし、トイレに行く



日中、
起きている時

- すっきり起きられない、口が渴いている
- 起床時に頭痛がする
- 強い眠気に襲われる
- 疲労感、倦怠感がある
- 集中力が低下する

こんな人は
要注意！

- 首が短くて、太い
- 顎が小さくて引っ込んでいる
- ペロが大きい
- 口蓋垂(のどちんこ)が見えない



主な
治療法

- **マウスピース**：下あごを前方に出して固定し、いびきや無呼吸を防ぐ方法です。
- **CPAP(シーパップ)**：鼻に装着したマスクから空気を送り込んで無呼吸を防ぐ方法です。



編集
後記

■いよいよ、夏・本番に突入ですね。みなさんにおかれましては、夏の暑さ対策は万全でしょうか。今年も、夏のさまざまなイベントやドラマがあることを期待します。夏本番は水分補給をしっかりと行って熱中症の対策や、海水浴の際の過度の日焼けにも気をつけて、いい夏を迎えていきましょう。(高)



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27年8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)