



発行責任者 病院長 岡野友宏
編集責任者 広報委員長 高橋浩二
〒145-8515 東京都大田区北千束2-1-1 TEL 03-3787-1151
ホームページ: <http://www.senzoku.showa-u.ac.jp/>

「ご存じですか？」

総合歯科 科長 佐野 晴男

やや強烈な写真で恐縮ですが、目を背けずにご覧下さい。皆さんが老後を快適に過ごせるかどうかの大切なお話です。写真1は、私がたまたま目にした、寝たきりで食事にも介助が必要な方の、食直後のお口の中です。われわれ健常人は食後の満腹感にひたりながら、ゆっくりとお茶を飲みます。この写真の方を介護している人は、「身の回りの世話」に追われて心の余裕がないのでしよう。食事は与えましたが、お茶をあげないのです。口の中には常在菌といって細菌がうようよといま

す。これらの細菌が写真の食べ物の残りかすを分解し始める(腐らせる)とどうなるでしょう？ものすごい口臭になるはずです。多くの老人ホームは独特の臭いがします。これらの大部分を排泄物の臭いとともに口臭が占めているのをご存知ですか？そもそも「身の回りの世話」にどうして口が含まれないのでしよう？



写真1

写真2も寝たきりの方のお口の中です。年配の方はこれをご覧になって、何かを連想なさいませんか？私が子供の頃は、今のように下水が発達しておらず、道の脇にはドブがありました。ドブにはいろいろな汚いものがヌルヌルトとこびりつき、糸ミズなんかもダメになってくねくねしていました。町内のお年寄りが定期的にドブさらいをしていたものです。私は汚いお口を見ると、昔のどぶを思い出します。このヌルヌル汚れは歯垢(プラーク)といいます。顕微鏡でこの中のバイ菌数を数えてみると、なんと！ 便と同じくらいいるのです。肛門も歯ぐきも、皮膚よりはるかに柔らかくナイーブな粘膜です。お尻の周りを不潔にしているとすぐに赤くただれてきます。介護されている方は痛くて辛いので、すぐに介護の方に訴えます。家族もクレームをつけ



写真2

るでしょう。歯ぐきも同様に腫れてきますが、不思議なことに介護の方は気にも留めない傾向があります。なぜ痛く腫れるのか分からないからです。老人ホームなどで介護にあたる方々の多くが、正しい歯磨き法を知らない、自分の歯を正しく磨けないのです。私の知る限り、口の中までケアが行き届く介護施設は概して、高いお金を必要とする傾向にあります。

これをお読みのみなさん。正しい歯磨きのやり方をご存じですか？TVコマーシャルのように、歯ブラシいっぱいにつぶりと歯磨き粉をつけて、派手にシャカシャカと音を立てて「磨いて」はいないでしょうか？正しい歯磨き法を知らずに、電動歯ブラシを使ってはいませんか？みんな間違いだらけなのです。

写真3は、私が前に勤めていた病院に入院中の、脳卒中で寝たきりの方のお口の中です。口の中に生えていた部分は虫歯でとろけてしまって、歯ぐきの中に根っこだけが残っています。数えてみると20本以上ありますので8020(はちまるに一まる・80歳で歯を20本以上残そう)はクリアしていますが、なにもかめません。数はあっても歯の残り方が大問題なのです。脳卒中の方は高血圧や心臓病、糖尿病といった全身的な病気をお持ちの方が多く、これらの歯を抜こうにも、全身的なリスクの問題で普通の歯医者さんは手が出せないのです。



8020でもこんな状態になるなら8000の方がよっぽど...

写真3

これから何ヶ月かに一度、分かっているようで実は間違いだらけの歯のお話をさせていただく予定です。私の主宰する総合歯科については、このあとの丸岡准教授のお話も併せてお読みください。

総合歯科(地域連携) 紹介

昭和大学歯科病院総合歯科(地域連携)は今年4月に発足した新しい診療科です。人口の高齢化が進み有病者(心臓・血管疾患、消化器疾患、腎・泌尿器疾患、呼吸器疾患、内分泌・代謝疾患・糖尿病、腎臓疾患、血液・造血器疾患、リウマチ・膠原病などの患者さん)も増加しております。総合歯科では地域の歯科医院で対応が困難な有病者の歯科診療、歯科恐怖症、舌痛などの患者さんの診察、抜歯、口腔小手術、口腔粘膜疾患、口内炎、口腔感染症、口腔外傷などに至るまで、口腔疾患の総合的な治療を行う診療科です。必要に応じて院内他科の専門医へのコンサルトも行い患者さんに最良の医療を行います。歯科恐怖の患者さんにも安心して治療が受けられるように、歯科麻酔医と共同で静脈鎮静下での治療も積極的に行っています。紹介がなくても総合歯科受診希望であれば、診察致します。



静脈鎮静法での診療

私は昭和大学卒業後、新宿区河田町の東京女子医科大学歯科口腔外科に23年間勤務し、今年の6月から昭和大学に赴任しました。東京女子医大は入院病床数が1000床を超える第3次救急病院で、都内、都下、近隣の地域などを中心に様々な患者さんが受診します。歯科口腔外科の日常外来では心疾患、糖尿病、人工透析患者など全身疾患を有する患者さんの抜歯や歯科治療を多く扱っております。特に抗血栓薬服用者の抜歯は1980年代から抗血栓薬を中止せずに維持量で行っており、院内他科と協力しこれらの治療を安全に行っています。口腔外科は舌癌などの口腔腫瘍、あご骨の骨折、歯の脱臼などの口腔外傷、歯科インプラント義歯、口腔粘膜疾患、口内炎、口が開きづらいなどの顎関節疾患などの診療を行っています。さらに第3次救急病院であるため、歯科救急医療にも対応してまいりました。



外来手術室

昭和大学は医系総合大学という特長を活かし、9つの診療機関、医学部、歯学部、薬学部、保健医療学部の医療専門職が専門領域の深化と連携をはかり、医療全体の発展、さらに地域医療機関との緊密な連携により地域医療に貢献できると思います。昭和大学歯科病院・総合歯科・地域連携科はまさにそのニーズに対応するべく発足され、地域の医療機関との連携を今まで以上に深め、懇切・丁寧な対応、お互いの顔の見える連携を目指しております。

どうぞ宜しくお願い致します。

(准教授 丸岡 靖史)



医局員集合写真

(前列中央:佐野教授、左:丸岡准教授、右:田代助教、後列左:永山医員、青山医員)

インフルエンザの予防と、発症した時の対応」

総合内科・科長 井上 紳

新型インフルエンザに感染する患者さんの数が増えています。そのため、7月から「発熱外来」は廃止され、インフルエンザに感染した患者さんも、疑いの患者さんもすべての一般医療機関で受診できるようになりました。治療方針も原則は自宅療養であり、重症者は入院していただくこととなります。

インフルエンザの予防と対策

新型インフルエンザ予防の原則は咳エチケットや手洗いの励行などです。現在のところ、健常な成人で重症化する例は極めて稀です。しかし、基礎疾患を有する方、幼児、高齢者、妊婦の方は、新型インフルエンザにより重篤になる恐れがあります。手洗いの励行のほか、栄養と休養を十分とること、人混みを避け必要によりマスクを着用すること、また、不必要にご自分の目や鼻を触らないこと、外出から帰宅されたらうがいや洗顔を行うことがあげられます。

「インフルエンザかもしれない」と思ったら

- ・一般医療機関を受診する前に、できれば事前に電話をして指示を受けましょう。
- ・受診時にはマスクを着用しましょう。
- ・医療機関に到着したら、受付に「インフルエンザかも？」と受診理由を告げましょう。
- ・妊娠している方は、まずかかりつけの産科医に電話をし、医療機関の紹介を受けましょう。



インフルエンザと診断されたら

- ・周囲の人にうつさないために「自宅待機」をお願いします。
- ・咳エチケットを守りましょう。
- ・手をこまめに洗いましょう。
- ・家族のいらっしゃる方は、個室での療養に努めてください。
- ・毎日1回は体温を測り、記録しておきましょう。
- ・病院からもらったタミフルなどの薬は必ず最後まで飲みきりましょう。
- ・自宅療養の期間は症状が始まった日の翌日から7日まで、または解熱してから後2日です。この間は周囲の人にうつしやすい期間ですのでご理解ください。
- ・症状が悪化した場合は診断された医療機関に相談しましょう。



「当院におけるインフルエンザ対策」について

院内感染予防対策委員会 吉村 節

いったん終息に向かったにみえた新型インフルエンザが、夏以降流行が広がりがつつあることはご承知の通りです。院内での感染を極力防ぐため、われわれは以下の対応を行っております。

患者さんにおかれましては、院内の掲示にありますように、歯の治療の予約が入っていても、「発熱・咳」などの症状のある方は、ご自宅から電話で歯科病院の担当医に体調を伝えていただき、お近くの内科受診を優先していただきますようお願いいたします。

すべての職員・業者の方・学生は、以下の対応を順守し、院内に感染を起こさないように最大限の注意とご協力をお願いします。

1. 手洗い・うがいを励行
出入口に設置してあるウエルパス(速乾性すり込み式手指消毒剤)で手指消毒を行う。
 2. できる限りマスクを着用
 3. 自宅において毎朝検温を実施
熱(微熱を含む)がある場合は、近隣の医療機関を受診する。
検温を忘れた者については外来等に耳式体温計を設置するので、必ず検温を行う。
(なお、平熱を必ずチェックしておくこと)
- 今後秋から冬の向けてのさらなる拡大を防ぐために、皆様の自らの予防対策と感染の拡大予防に対するご協力のほどをお願い申し上げます。



出入口に設置されている
ウエルパス

Q. 新型インフルエンザの症状などについて教えてください。

A. 新型インフルエンザの症状は、突然の高熱、咳、咽頭痛、倦怠感に加えて、鼻汁・鼻閉、頭痛等であり季節性インフルエンザと類似しています。ただし、季節性インフルエンザに比べて、下痢などの消化器症状が多い可能性が指摘されています。

Q. 新型インフルエンザの感染はどのように広がりますか。

A. 新型インフルエンザは、ほとんどの方が免疫を持っていないため、通常のインフルエンザに比べると、感染が拡大しやすく、多くの人々が感染することが考えられます。

新型インフルエンザの感染経路は通常のインフルエンザと同様で、咳やくしゃみとともに放出されたウイルスを吸い込むことによっておこる飛沫感染と、ウイルスが付着したものをふれた後に目、鼻、口などに触れることで、粘膜・結膜などを通じて感染する接触感染が考えられています。

Q. 新型インフルエンザを予防するにはどうしたらいいのですか。

A. ウイルス感染を予防するためには、手洗い・うがいをしっかりすることが大切です。

手洗いは、外出後だけではなく、可能な限り、頻回に行いましょう。石けんを使って最低15秒以上行い、洗った後は清潔なタオル等で水を十分に拭き取りましょう。

また、ウイルスが粘膜を通して感染するため、極力鼻や口などを触らないようにしましょう。

咳、くしゃみの際の「咳エチケット」も感染防止の上では大切です。咳やくしゃみ等の症状のある人には必ずマスクをつけてもらいましょう。

Q. 必ずマスクを着用する必要がありますか。

A. マスクは、咳やくしゃみによる飛沫及びそれらに含まれるウイルス等病原体の飛散を防ぐ効果が高いとされています。咳やくしゃみ等の症状のある人は積極的にマスクをつけましょう。

一方で、予防用にマスクを着用するのは、混み合った場所、特に屋内や乗り物など換気が不十分な場所では一つの感染予防策と考えられますが、屋外などでは、相当混み合っていない限り着用する効果はあまり認められていません。咳や発熱などの症状のある人に近づかない、人混みの多い場所に行かない、手指を清潔に保つといった感染予防策を優先して行いましょう。

手を洗いましょう。

石鹸を泡立て、以下の手順で洗いましょう。

<p>手洗い前の準備</p> <p>◆爪は短く切っていますか？ ◆時計や指輪をはずしていますか？</p> <p>Check!</p>  <p>汚れが残りやすいところ</p> <p>◆指先 ◆指の間 ◆親指の周り ◆手首 ◆手のしわ</p>	
(1) 石鹸を泡立て、手のひらをよくこする	(2) 手の甲をのばすようにこする
	
(3) 指先・ツメの間を念入りにこする	(4) 指の間を洗う
	
(5) 親指と手のひらをねじり洗う	(6) 手首も忘れずに洗う
	
<p>石鹸を洗い流し、清潔なタオルで拭き取って乾かす</p>	

東京都健康安全研究センター

東京都健康安全研究センターより引用

編集後記

今回は総合歯科とインフルエンザ特集となりました。

皆様、口腔ケアとインフルエンザ予防をしっかり行い、健口と健康で食欲の秋、味覚の秋を十二分に楽しみましょう。(K.T)



白川郷にて