



—昭和大学歯科病院の理念—

患者本位の医療
先進医療の推進
良き歯科医師の育成

発行責任者 病院長 馬場 一美
編集責任者 広報委員長 丸岡 靖史
〒145-8515 東京都大田区北千束2-1-1
TEL 03-3787-1151(代表)
ホームページ: <http://www.showa-u.ac.jp/SUHD/index.html>

炭酸飲料とむし歯リスク

小児歯科 科長 船津 敬弘

12月に入り寒さが一段と厳しくなってきましたが、皆様体調等崩されていないでしょうか。現在子どものむし歯は以前と比べて少なくなりましたが、依然として小児歯科を訪れるお子さんの最も多い主訴となっています。飲み物はその原因の代表的なものになります。夏場は暑さから水分を多く摂取しますので、甘味飲料(清涼飲料)、スポーツドリンク、炭酸飲料の摂取頻度は多くなります。しかし冬場がむし歯の危険性が低いかなと言えばそうでもないようです。外は寒いですが室内は暖かく乾燥しています。夏とは別の意味で喉が渇き、やはり子どもたちは水分をよく摂取します。甘味飲料はその甘さからむし歯の危険性を認識されているご家族の方は多いですが、炭酸飲料のむし歯リスクは砂糖+炭酸の酸性度により、通常の甘味飲料よりも高リスクとなることをご存じでしょうか。炭酸飲料によるむし歯の発生は次の2通りからなります:

- ①糖を栄養源としてデンタルプラーク(歯垢)内の細菌が酸を産生→その酸により歯のエナメル質を溶かしてむし歯ができてしまいます。
- ②酸性度の強い飲料中の炭酸そのものが歯のエナメル質を溶かすことでむし歯になります。

お口の中は通常中性というpH7.0の状態です。歯のエナメル質はpH5.5を下回ると溶け始めることが分かっています。炭酸飲料を含む甘味飲料を摂取すると、お口の中は急激に酸性に傾き、5分以内でpH5.5を下回ります。しかし唾液の作用もあり、飲料を摂取してから約40分経てば通常の状態にもどります。1回の摂取や、摂取の間隔が

開いていれば大きな問題にはなりません。頻りに摂取すると歯の表面に酸が働く時間が長くなり、酸で歯が溶けやすくなるので注意が必要なのです。



【代表的な炭酸飲料のpH】

コーラ	(2.6)
炭酸グレープ	(3.2)
サイダー	(3.6)
炭酸レモン	(3.3)
炭酸水	(4.3)

【代表的な清涼飲料のpH】

スポーツドリンク	(3.6)
乳酸飲料	(3.6)
100%オレンジ	(3.8)
レモンティー	(3.9)
野菜ジュース	(3.8)

表を見ていただくとお分かりと思いますが、実は清涼飲料も殆どが酸性の飲料であり、炭酸飲料同様に酸によるむし歯リスクがあるのです。糖分が0の炭酸水もその酸によってむし歯のリスクがあることがお分かりになると思います。お子さんであれば尚更、習慣化によりむし歯のリスクは高まります。代用甘味料を使用したゼロカロリー飲料がある場合、変更できればリスクの軽減につながります。スポーツ飲料などは少しずつお水を追加して薄めてみるのも良いかもしれません。しかし水分摂取を主として考えた時に、炭酸や甘味の必要性はなく、できればお水やお茶などの無糖飲料を主として摂っていただくことをお勧めします。

小児歯科では、生まれたばかりの赤ちゃんから中学生くらいまでの子どもを中心に診療を行っています。以前はむし歯の子どもが多く、外来もむし歯の治療が中心でしたが、子どものむし歯が全国的にも減少してきた現在では、むし歯の治療だけではなく、歯並び・咬み合わせの問題やむし歯の予防、指しゃぶりなどの癖に対する対応、外傷やスポーツを行う際のマウスガードの作成など、子どものさまざまなお口の問題に対して対応をさせていただいております。患者さんは大学近隣の大田区、品川区、目黒区からの受診が多く、親子2代で受診していただいている患者さんや、兄弟全員でにぎやかに受診してくれるご家族などいらっしゃいます。昭和大学は医系総合大学ですので、院内の各科と連携した診療を行っているだけではなく、必要があれば昭和大学病院の小児科、形成外科なども連携をとり、患者さんに安心して治療を受けていただけるよう配慮しております。

近年、子どものお口の問題は多様化しております。日々成長していく子どものお口の問題は、見た目の問題だけではなく、食事をする、お話をするなどの日常生活における問題を引き起こすこともあります。すべての問題がすぐに治療を必要とするものではありませんが、適切な時期に適切な治療や対応を受けられるように、気づいた時に気軽

に受診していただければと思います。子どもにとって、症状が進行してからの歯科治療は決して楽しいものではありません。できるだけ治療を行わなくてすむよう、気になることがありましたらお早めにご受診ください。

お口の病気の代表的なものとして「むし歯」があります。むし歯予防は難しいものではありませんが、日常生活の中で実施していく上ではいくつかのポイントがあります。例えば大人では当たり前の毎日の歯磨きも、子どもと保護者にとっては毎日の苦痛な習慣となってしまう場合もあると思います。毎日の歯磨きは子どもや保護者の方といろいろお話をすることで、それぞれの患者さんの生活スタイルに適したホームケアの方法が見つかることも多いものです。少しの工夫でむし歯予防はぐっと楽になりますので、気軽に相談していただければと思います。「歯医者さんがあまり得意ではありません」「ほかの歯医者さんでないてしまいました」と心配される保護者の方もいらっしゃいますが、お子さんと保護者の皆様が安心して歯科受診できますよう、医局員一同日々診療に取り組んでおりますので、お子さんのお口のことで心配なことがありましたら、遠慮なく4階の小児歯科外来までお越しください。



歯磨き練習



小児歯科クリスマス

顎顔面口腔外科では、一般の歯科医院では対応が難しい、口腔領域に生じるさまざまな疾患に対して診察と治療を行っています。対象としている疾患は、埋伏智歯・有病者の抜歯・顔面外傷・口腔粘膜疾患・良性腫瘍・悪性腫瘍・唾液腺疾患と多岐に渡ります。

初診で受診していただいたら、初診担当医が来院までの経緯やお身体全身の状態、内服中のお薬の情報などを詳しく伺います。これらの情報は正確な診断や、安全に治療を行う上で非常に大切となります。病状に応じて、エックス線検査、歯科用CT検査、血液検査、細菌検査、病理検査などを行います。初診担当医が口腔外・口腔内の診察、病態写真の記録などを行い、最終的に初診担当医と口腔外科専門医の資格を有する上級医によって患者さんの病状を診断します。初診時的確な診断がつき、次回以降の治療計画がスムーズに立てられる場合が多いですが、初診時の診察や検査だけでは診断に至らない事もあります。私たちは、毎日診療時間終了後、診療スタッフ全員で同日来院した患者さんの病状や病態について確認し合い、さまざまな視点から診療の方向性や、追加すべき診察項目や検査項目について意見を出しあい、標準治療が適切になされるようにしています。難症例に対しては納得いくまで文献的な検索を行い、最適な治療が提供出来るように努めています。

口腔外科で取り扱う疾患は、外来での処置や経過で治療を行う場合はもちろんですが、入院下での治療が必要になる場合もあります。その場合には歯科麻酔科と連携し、安全で確実な治療が提供できるよう努めています。

今後も医局員一同、技術の向上に修練を重ねながら、地域医療機関や院内各診療科と連携し、最善の医療が提供出来るように精進して参ります。



全身麻酔下でのコンピュータ支援手術の様子



病棟スタッフによる朝カンファレンスの様子



外来スタッフによる診療終了後のカンファレンスの様子

病院長表彰がありました

昭和大学歯科病院に多大なる貢献をされた方が受賞対象となる病院長賞が決定いたしました。12月20日(金)品川プリンスホテルにて記念品の授与、12月25日(水)病院運営委員会にて賞状の授与がなされました。

受賞理由： 多数の診療や熱心な後進指導、病院の収益増加に多大なる貢献

このたび、このような素晴らしい賞をいただくことができ、本当にありがとうございます。これもひとえに歯科麻酔科の先生ならびに病棟および手術室看護師、3階歯科衛生士、歯科技工士、診療補助員の方々をはじめ、歯科病院の皆様にサポートしていただいたおかげであります。この場をお借りして、感謝申し上げます。

これからも患者さんに安全・安心な医療の提供をおこなうとともに後進の育成に尽力を注いで、診療科および歯科病院の発展のために精進してまいります。

インプラント歯科 助教 山口 菊江



今年度は二名の受賞で、インプラント歯科・山口菊江先生、歯科衛生室・小出洋子衛生士がそれぞれ、病院への貢献が称えられ受賞されました。

事務課

受賞理由： 患者さんのお口の健康維持、後輩歯科衛生士への指導及び育成等、歯科衛生士業務への多大なる貢献

この度は病院長賞にお選びいただき誠にありがとうございます。歯科衛生士として入職以来数十年にわたり諸先輩同僚の皆様、多職種の皆様そして患者さんにご指導いただき、さまざまな経験をさせていただきました。ひとえに今までお世話になった皆様のお蔭でございます。この場をお借りして心よりお礼申し上げます。

これからも人との絆を大切に患者さんに寄り添い真心のこもった安心安全で質の高い医療の実践を目指し、常に精進してまいります。

歯科衛生室 係長・小出 洋子



編集後記

12月に入り、日を追うごとにどんどん寒くなってきました。今年を振り返ると、本当にいろんなことがあった1年でした。年号が平成から令和に変わり、ラグビーワールドカップで日本中が熱気に包まれました。また、度重なる台風によって多くの方々が被災しました。

来年はいよいよ東京オリンピックが開催されます。きっと日本中が活気と熱気にあふれることでしょう。いろいろなことがあるとは思いますが、来年は皆様にとって良い1年であることを願います。(M.N)