

# ハハハ Press

第14号

2013年 5月



## 嚥下障害について



関東めぐみ歯科クリニック  
歯科医師 川島 晋平

嚥下障害とは水や食べ物をつまみ飲み込めなくなり、食道ではなく気管から肺に入ってしまう状態を意味します。また、嚥下とは、食べ物を認識し、口内への送り込み、咀嚼し、咽頭から食道・胃へと送り込む一連の流れのことです。

私達は、普段当たり前のように食べたり飲んだりすることができています。

しかし、それができなくなると、低栄養や誤嚥性肺炎などといった障害が発生する危険性があります。

摂食・嚥下障害は脳血管障害の後遺症、パーキンソン病などのように、食物の搬送に関係する神経システムに異常がある場合と、口のどの、食道など食物の搬送経路に発生した疾患でも引き起こされます。また、加

齢により徐々に食べたり飲み込んだりする能力が低下していき、よくある症状としては以下のものがあげられます。

- 食事中や食後にむせや咳（むせ）とがよくある。
- 特に食後に声が「ロロロ」する感じ（たんが絡んだような感じ）がある。
- のどや口の中に食物が残る感じがする。
- □から食物がこぼれることがある。
- 食事を食べたがらない。
- 食事の好みが変わった。
- 食べると疲れて苦しい。
- 食べ物のがどにつまんで逆流してくる。
- 脱水・低栄養状態がある。
- 体重や尿量が減少した。

これらの項目にあてはまるものが多いようであれば、摂食・嚥下機能の障害を専門に扱う病院を受診し、必要な検査を受けることをお勧めします。

### 歯科者さんがつくった 新！義歯ブラシ・洗浄剤



#### My Well 義歯洗浄剤

患者様価格＜希望小売価格＞¥980

従来の商品よりも、優れた除臭・除菌、洗浄力を持った「My Well 義歯洗浄剤」。弱アルカリ性で金属にも優しく、環境にも配慮した製品です。使用後は数時間で水と酸素にかわります。

環境にやさしい「安心」・「安全」を掲げた信頼の商品です。持ちやすく、握力の弱い方でも義歯を簡単に磨くことが出来ます。

- ①本品 1g（おおよそ小さじ 1/3）を約 150cc のぬるま湯（約 40℃）又は水に溶かす。
- ②その後、義歯を約 30 分間浸し、義歯ブラシで細かくブラッシング。
- ③よく洗い、湿気が入らないようにキャップをしっかりと閉め、保存。

\*ひどい汚れには、直接つけてください。

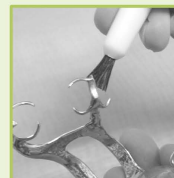


#### マイデンチャー義歯ブラシ

患者様価格＜希望小売価格＞¥380

デンチャー（義歯）を完璧に、そして軽く磨く為に硬さの違う毛を使用し特別にデザインされています。しなやかな毛なので、洗浄の際に水が飛びにくくなっています。総義歯、スプリント、マウスガードなど多種多様にご使用できます。

- ①ブラシのヘッドは広い面を磨く。
- ②細い後部ヘッドは細かい場所や金具部分を磨く。
- ③使用後は、よく洗浄し、雑菌の繁殖を防ぐ為に乾燥させて保管。
- ④衛生上、一ヶ月をめぐりに取り替えます。



## 気分転換に旅行



めぐみ歯科クリニック行橋  
受付 山中 未来

めぐみ歯科クリニックの受付をしております山中です。めぐみ歯科に勤務して2年くらいたちますが、毎日楽しく仕事させてもらっています。私の休日の過ごし方は、友達と行く旅行が1つの気分転換になっています。最近では韓国に行ってきた。釜山に行ってきたんですが、買い物したり焼肉食べたり日帰りでも十分楽しめました。韓国はご飯が美味しいし、買い物するにも全部が安いので、すごく楽しいです!! 知らない場所なのでハプニングがたまにあたりしますが、いつも心に残る楽しい旅行になっています。いい思い出になっています。これからも、いろんなところに行きたいと思っています。

## お口はカラダの健康の入り口



新小文字歯科クリニック  
歯科衛生士 高田 美由紀

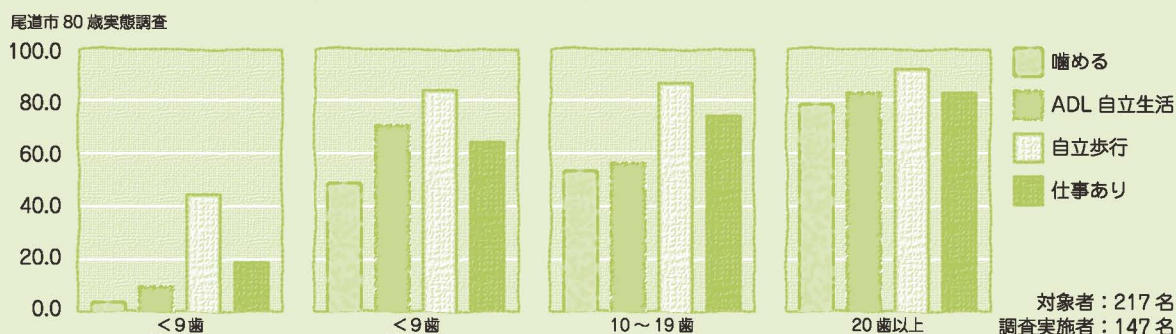
「噛む」という事は、単に食事をする為だけではなく、全身の健康へとつながっています。例えば、しっかりと噛むことにより、唾液もおおく分泌され唾液中の消化酵素が消化を助けてくれます。いろいろな種類の食物を食べることができると、低栄養や肥満・生活習慣病の予防につながります。食物を良く噛む事ができると、脳の血行が良くなり認知症の予防にもなりますし、しっかりと噛むと、体のバランス(平衡感覚)を保持することができますので、転倒・骨折の予防にもつながります(図1)つまり、噛む事ができなくなると、生活習慣病をはじめ多くの病気の引き金となります。

むし歯や歯周病・事故など、何らかの原因で歯を失った場合「噛む」という機能を回復する為に、従来の治療でブリッジや義歯といった方法で修復してきましたが、最近ではインプラント治療を希望される患者様も多くなりました。

他の歯を支えにすることがないのでブリッジや義歯の様に、周りの歯に負担をかけずに機能を回復できます。見た目が自然で違和感がありません。自分の歯と同じように噛めることや、残った天然の歯や顎の骨を守ることもできるのも特徴です。

また、インプラントをされた方の中には、「若返った気がする」「やる気が出てきた」など、精神的な面でも大きな変化を感じられる方も多くいらっしゃいます。インプラント治療には、手術が必要ですし、治療期間が長い・費用が高いなどのデメリットもありますが、将来までより良い生活の質を保てる様、治療の選択肢の一つとして考えられてはいかがでしょうか？

図1:歯の本数が多く、よく噛める人ほど自立した生活ができている。



尾道市歯科医師会編: 8020 歯科保健実態調査報告書, 尾道地区歯科衛生士連絡協議会, 1993.

自分の歯があって噛めることは、命の質を高める。一方、噛めないことは、極めて質を低める

武田孝之・林揚春 著「歯の欠損から始まる病気のドミノ」より

## 人との出逢いと 繋がりに感謝



めぐみ歯科クリニック水巻  
歯科助手 沖本 良子

こんにちは、めぐみ歯科クリニック水巻の沖本です。

水巻にきて1年5ヶ月が経ちました。歯科助手になり3年がたつて日々、月日が経つのが早くほとんど年をとってしまうのがとても怖く感じてます。

私は、高校2年生の娘と小学6年になる息子がいます。家族が協力してくれて、息子を一人ぼっちにさせない様に私が一日仕事の日夕食を作ってくれて一緒に食べさせてくれています。最近では、娘の成長をすごく感じ感謝しながら仕事をしています。

土曜日、日曜日、祝日は、息子のソフトボールの試合応援に朝4時に起きお弁当を持って出かけてます。

3月29日〜4月2日、佐賀県へ全国大会出場してきました。残念ながらベスト8という結果でしたが、息子の頑張りに感動して帰ってきました。今までの練習の成果をしっかり発揮できた息子はえらいと親バカながら思いました。

私は人との出逢いを大切に、感謝の気持ちを忘れない何事も最後まであきらめない一生懸命にやりぬく自分がイヤな事は人にしないが子ども達と私の決め事です。子ども達の頑張りや努力することなど負けないように仕事をしていきます。今はまだまだ成長期、成長段階です。これから更なる飛躍をしていきます。

スペシャルスーパー歯科助手になれるように努力していきます。水巻の院長、ドクター、スタッフの方々、今後ともどうぞよろしくお願い致します。



## 歯に笑顔を!!



ポストンテクニカル  
歯科技工士 椿 佐斗志

皆様こんにちは。歯科技工所ポストンテクニカルで、主にデンチャー（入れ歯）を製作させていたでいています椿佐斗志と申します。歯科技工士になって10年になります。歯科技工士になって10年になります。歯科技工士になって10年になります。

皆様こんにちは。歯科技工所ポストンテクニカルで、主にデンチャー（入れ歯）を製作させていたでいています椿佐斗志と申します。歯科技工士になって10年になります。歯科技工士になって10年になります。歯科技工士になって10年になります。

歯を入れることで、食物を食べる（噛める）ことはもちろん、体のバランスが良くなる、口の周りにシワが寄ったりするのを、入れ歯を入れてカバーし、見た目を若々しく保つなど、生活の質の維持向上に繋げることが出来ます。自分の仕事は、入れ歯を製作して、患者様に笑顔になってもらうお手伝いをする事だと思っています。これからも、一人でも多くの人に笑顔になってもらえるように、仕事に取り組んでいきたいと思えます。



検診コラム

VOL.3



ツルツルした歯を  
目指そう！



和白歯科クリニック  
歯科医師 竹下綾

皆さん、ご自分の歯を舌でさわってみてください。

ザラザラしていませんか？  
一見きれいに見える歯でも、ザラザラしているなら、見えない汚れがはりついているかもしれません。歯科にて、汚れを染め出した時に、お口の中がピンク色に染まってびっくりされたことがあるかと思えます。

お口の中の汚れをプラーク（歯垢）といいます。これは食べかすではなく、お口の中の細菌が集まったものです。時間がたつたプラークはネバネバした膜をつくり、しつこく歯にはりついていきます。ネバネバしたところには、さらに

汚れが付きやすくなり、お茶やコーヒーの着色が付きやすくなってしまう。

このプラークは、時間がたつ前に、ブラッシングをしっかりあててこすって落とすことが取り除くのに最も効果的です。そのため、日々の歯磨きが大切になってくるのですが、歯の形、並び方、治療の跡など、歯ブラシでは届かない場所があります。そこで活躍してくれるのが、補助道具である糸ようじや歯間ブラシなどです。毎回使用するのは大変ですが、できる時に使用することから始めて、慣れてこられたら回数を増やす、というのも一つの方法です。隙間の大きさは様々ですので、皆さんのお口に合ったお手入れ法をご紹介しますので、私達にお任せください。また、定期検診にて、道具が使えているかどうかチェックしてもらうと良いでしょう。

次回タイトル  
「親知らずにご用心」

医療法人 恵祐会

ハハハの会  
入会のご案内

地域の皆様に歯科情報を多く発信致します

年会費 1,000 円

会員特典

- 1 定期的会報の送付
- 2 口腔ケア商品のクーポン送付
- 3 ホワイトニングなどのクーポン送付
- 4 その他、定期的にキャンペーン等も企画しております。



【タテ】

- ①WBC は、ワールドベースボール○○○○
- ②スーパーマン等の超人ヒーローが身に付けているもの。
- ③「目論見」これなんて読む？
- ④2014 年ワールドカップ開催地
- ⑤○○○の納め時。

【ヨコ】

- ①熊本ゆるキャラ。
- ④階級を英語で。
- ⑥イネ科の細長い葉から抽出される、爽やかな柑橘系の香りの精油。
- ⑧○○○裁判。刑事裁判。
- ⑨女性が髪をとくときに使う物。
- ⑩グルメ情報サイト。「○○なび」

①	②	③		
C				
④				⑤
⑥			⑦	
		⑧		
			A	
⑨				⑩
				B

解答



しんまち歯科クリニック

北九州市小倉南区田原新町 2-4-16  
TEL:(093)475-3830

かんだ歯科クリニック

京都府刈田町富久町 1-2-1  
TEL:(093)435-1033

めぐみ歯科クリニック八幡

北九州市八幡西区中原 2-19-3  
TEL:(093)613-0418

めぐみ歯科クリニック行橋  
口腔外科インプラントセンター

行橋市道場寺 1409-5  
TEL:(0930)25-0012

めぐみ歯科クリニック水巻  
福岡新水巻インプラントセンター

遠賀郡水巻町立屋敷 1-14-5  
TEL:(093)203-1888

和白歯科クリニック  
和白口腔外科インプラントセンター

福岡市東区和白丘 2-2-35  
TEL:(092)605-8311

ハートフル歯科クリニック

行橋市大橋 3-1-28  
TEL:(0930)26-4618

新小文字歯科クリニック  
新小文字インプラントセンター

北九州市門司区大里新町 3-8  
TEL:(093)372-3939



医療法人  
恵祐会

北九州市小倉南区田原 3-2-24  
TEL:(093)474-8616 <http://www.keiyukai.gr.jp/>

