

千歯会便り



寒さの中にも春の足音が聞こえてきます。日々、緩やかになる天候に
気を緩めず、ご健康を保てるようにお気をつけ下さい。

「ライフサイクルを考慮した歯科治療」

第三回

おゆみ野総合歯科クリニック
岩手医科大学臨床教授

伊藤創造

いよいよ最後の第3回目ですので、皆
さんにお口の健康を長期間保っていただ
くために何をしたら良いかが今回のお話
です。

私の行った研究は、ブリッジと呼ばれる
歯が1本から数本なくなってしまうた
時にお口の中に装着する治療装置がどう
すれば良い状態で長持ちするかという研
究でした。この結果からいうと良い状態
を長持ちさせる一番のポイントは、歯科
医院に定期的に来て検診を受け、プロ
フェッショナルケアを受けることでし
た。

さらには歯科医院で指導してもらっ
てお家で患者さんご自身が行うホーム
ケアも大事なポイントになっていまし
た。これはまさに前回書かせて頂いた
Axelssonらが行った研究の結果と一致
するもので、歯科医院への定期的な受診
とプロフェッショナルケア、ホームケア
が長期的なお口の健康を保つ重要事項
だったのです。逆に言えば歯を失う最大
の原因は、歯科医院を受診しないことと

なるのです。

予防歯科の先進国、欧米では定期的な
歯科受診が当たり前になっていて口腔内
細菌の巣となっているバイオフィルムを
歯科医院で常にコントロールしているの
で、日本に比べて虫歯、歯周病の罹患率
が低くなっているのです。

バイオフィルムは一度除去しても一定
期間ほっておくと元に戻ってしまうま
です。ですから、除去したバイオフィルム
が歯面につかないようにホームケアに
よって手入れをしなくてはなりません。
それでもお家で完全に除去は難しいの
で、定期受診によって歯科医院でのプロ
フェッショナルケアにてバイオフィルム
を除去してもらおうのです。これを繰り返
していくとお口の中の悪玉細菌は減少し
虫歯や歯周病になりにくいお口の中にな
るのです。

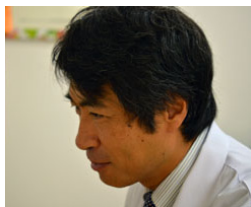
今までの歯科治療は、現状での痛みの
除去と機能回復だけに目が向けられてい
て、10年〜20年後のお口の中のことやど

のように良い状態を保つかなどほとんど
考えられていませんでした。しかし、今
はライフサイクルを考慮し、未来を見据
えて患者さんと良く相談し、未来の自分
のお口の中をどうしたいかを話し合える
ようになりました。言い換えれば、皆さ
んのお口の中の健康を長期間サポートす
る体制が歯科医院に整ったのです。

最後にいつまでも健康で美味しく食事
ができるポイントを2点ご紹介して今回
のシリーズを終わります。1点目、ご自
身のお口の中の健康を真剣に考え、大事
に思い行動することです。2点目は、歯
科医院を定期的に受診し常に専門家のサ
ポートを受けて良い状態を保つことと
す。

プロフィール

伊藤 創造
いとう そうぞう



1984年
岩手医科大学 歯学部 歯学科 卒業
博士(歯学)の学位を取得(岩手医科大学)
1990年～
岩手医科大学歯学部 第二補綴科医局長、外来医長、
非常勤講師
2014年
岩手医科大学歯学部 臨床教授
2014年6月4日
おゆみ野インプラントセンター開設 所長就任

歯磨きは小さな頃から正しい磨き方の習慣をつけることが大切です。3～6歳の女の子に効果があった言葉をご紹介します。

「〇〇ちゃんは可愛いからゴシゴシじゃなくてシャカシャカ小さく優しく歯ブラシを動かして磨いてね♡ そっちの方が可愛いよ♡」

この言葉で歯磨きが上達するお子さんが増えました！ ぜひ皆様もお試し下さい。

当院ではみなさまに良い歯磨き方法をお伝えしております。ご来院の際はご自身の歯ブラシをお持ち下さい。

**片貝
デンタル
クリニック**



片貝デンタルクリニック

山武郡九十九里町片貝
2380

TEL 0475-70-7171
FAX 0475-76-4888

今月の大網歯科医院は「むし歯予防強化月間」です。フッ素を塗り、むし歯になりにくい強い歯をつくりましょう！

**大網
歯科医院
院内**

☆当院では待合室のお手洗いにご意見ノートを設置しております。皆様のご要望やご感想など、自由にご記載ください。



大網歯科医院

大網白里市みやこ野
2-2-1

TEL 0475-72-6480
FAX 0475-72-8059

千歯会 事業所便り

自分でできるケアと歯科専門家によるケアを上手に使い分けましょう！

- 「自分でできるセルフケア」
- ・自分に合った歯ブラシを使う。
 - ・歯間ブラシやフロスで歯石予防。
 - ・摂食嚥下がスムーズになるようマッサージで口腔機能を維持。
 - ・バランスの良い食事をよく噛んで食べる。
 - ・歯科検診を定期的に受ける。

- 「歯科医師・歯科衛生士が行うプロフェッショナルケア」
- ・全身状態やお口の状況に見合ったアドバイス。
 - ・口腔機能の維持や回復のための指導や専門的なケア。
 - ・フッ化物洗口など、口腔トラブル予防の薬剤の紹介やアドバイス。
 - ・介護食のアドバイス。



訪問診療部

大網診療部
TEL 0475-73-6480
FAX 0475-53-6982
片貝診療部
TEL 0475-76-8201
FAX 0475-71-3472
おゆみ野診療部
TEL 043-300-3600
FAX 043-300-3700

2月のバレンタインデーはいかがでしたか？

甘いチョコはむし歯になるというイメージがありますよね。

「歯医者さんが作ったチョコレート」があるのをご存じですか？
甘味料にキシリトールが100%使用されているチョコレートです。

興味をお持ちの方はスタッフにお声をおかけ下さい。

**おゆみ野
総合歯科
クリニック**



**おゆみ野
総合歯科クリニック**

緑区おゆみ野 4-3-9

TEL 043-300-3939
FAX 043-300-3940

〈千歯会カルチャー〉

今回は当千歯会の鶴沢峰子先生にご寄稿頂きました。永らく障害児童教育に勤

しんできたご視点から、「声かけ」の大切さについてのお話です。

いつも優しい心遣いで 千歯会顧問 鶴沢峰子
元・特別支援学校長、県教育センター主任指導主事

私は四十年余り、発達障害や肢体不自由な子ども達と過ごしてきました。だから職業癖でしょうか、他の方から見たら些細と思われるような事柄を繰り返すことが多く、理事長のお父様からよく「くどい、しつこい」と叱られます。「お年を取られて障害となる仕草が増えていくのに……」とは、申しませんが。

そこで今回は、前号で内宮先生が書かれた「摂食嚥下」の記事の尻馬に乗って、障害者の摂食嚥下についてを付記させて頂きます。
高齢化や医療の発達により、歯科治療も口腔健康管理といった領域にまで広がりを見せました。摂食嚥下に関しても重要な取り組みとなりました。

しかし機能障害を持つ子ども達を見てきた私達の社会では、三十年以上も前から当たり前前の努力でした。子ども達が誤って喉や気管に物を詰まらせたら大変です。そこでまずは食事を落ち着いて食

べることを習慣づけました。それから食べるものを観察させます。すると子ども達は、子どもながらに食べる順序を考えます。良く噛んでからゆっくり飲むように勧めると、子ども達はまるで禅の修行僧のように黙々と食事を噛みしめます。私達の見守る視線に気がつくことにつこりと笑う子ども達は、本当に可愛い存在でした。

食事の終了後は、感謝と云うよりも一仕事終わったという区切りで「ごちそうさま」と声で言わせます。子ども達は喜んで後片付けを手伝い、歯を磨いてうがいをお願いします。

そんな子ども達に「おいしかったか？」と声をかけると、何が美味しかったのか解りませんが「おいしかった、おいしかった」と言って喜びながら次の作業へと入るのです。常々思ってきたことですが、「最後の言葉かけ」が子ども達の習慣を定着させる大切な鍵なのです。

週に一、二回、訪問診療の人たちと障害者施設へ伺います。スタッフの皆さんは重い治療器具を持って、暑い日も雨の日も。大変な仕事ですが、実によく頑張っており、患者さんとも実に良く慣れ親しんでいます。

口の中は敏感な部分です。時には緊張の余り噛みついてしまう子供や障害者の方もおります。ですから「調子はどうですか」「困っていることはありませんか」

せんか」と話しかけ、背や首筋を撫でさせて緊張をほぐすと云うことも効果的でしょう。そして終わったら「お元気で！またね！」と。

ともすれば現代は技術や契約が先行する時代です。でも私達は皆人間として生きていくのです。だから、どんな場合でも、人間的な対応や態度は欠かせないものだと思っています。

すべての色に役割がある

松下電器創業者 松下幸之助

附記

一、全ての人には個性の美しさがある。

エマーソン（思想家）

二、我々は組織が一人一人の人間に対して位置と役割を与えることと云うことを当然としなければならぬ。

ドラッガー（経営学者）

松下は日頃から周囲にこう言っていました。「すべての部下が偉く見える。才能があるからだ。どんな人にも、その人にしか出来ない役割がある。その役割を見抜いた時、強いチームを作ることが出来るだ」と。

三、お互いの長所欠点をよく知り合い、そして欠点を補い合う。そこから共同の仕事の発展が生まれる。

松下幸之助（創業者）

ざっと世間を眺めれば



なぜ「テロ」が起きるのでしょ

また日本人がテロに巻き込まれて、大きな国際問題になってしまいました。しきりにグローバル化と云われてきましたが、これから世界を考えると「宗教」を無視するわけにはいかないようです。

世界の宗教人口を見ると、一番多いのはキリスト教、次いでイスラム教、ヒンズー教、仏教の順になっています。

そこで今回は、日本にとってまだ馴染みの浅い、イスラム教のおさらいをしてみます。

イスラム教は今から千四百年前のアラビヤ半島で始まった宗教です。ムハンマドが「神の声を聞いた」という内容を広めることで始まりました。当時は読み書きできる人が殆ど居なかったため、ムハンマドの伝える内容を信者が丸暗記しました。ムハンマドの死後、信者が暗記していた「神の言葉」を本に知らしたものが「コーラン（声を出して読むべきものの意）」です。

イスラム世界は一時非常に発展したのですが、世界の近代化の波に押し流されて永らく停滞していました。しかしイスラム教地域には原油が発掘され、世界の資源国となり、大量のお金が流れ込むようになり、それに従って、イスラム教の影響も強まり、世界中に広がっていききました。イスラム教は「スンニ派」と「シーア派」に大別されます。スンニ派の

中でも「ワッハブ派」という厳格な教えを国教としているのが、サウジアラビアです。イスラム教徒の教典「コーラン」を一字一句信じ、特に「原理主義派」といわれる人達は現世ではひたすら神の教えを思うべきであり、「忘れがちになる」飲酒や音楽、舞踏や映画などの娯楽は一切禁止されて「楽しいことは天国に行つてから」と考えているのです。

また、男女の分離が徹底していて、女性は家族以外の男性に顔を見せてはいけません。女性は家にいるものだと云うことで、車の運転免許も取れません。

そして毎週金曜日の集団礼拝の後、町の中心部の広場で公開処刑が行われます。

戒律の厳しい彼らの中には、自由と強大な経済を謳うアメリカのことを「我らの敵」と考える人も稀にいます。行き過ぎた原理主義者の中から、サウジアラビアの親米政権を「裏切り者」と罵り、 $\langle 9 \cdot 11 \rangle$ のアメリカ同時多発テロを引き起こした「オサマ・ビン・ラディン」が生まれてしまつたのです。

「コーラン」には「ジハード」という言葉が出てきます。もともとは「神と一体になるように努力する」と云うことでしたが、攻め込んできた異教徒や、布教の妨げになる者達と戦うことを「ジハード（聖戦）」と言うようになりまし。 「コーラン」で

は「ジハード」で亡くなった者はアッラーの元で幸せに暮らせると記されています。「ジハード」で戦つて死ねば天国に行けると信じているのです。

現在の私達にはとても考えられないようなことですが、七十年ほど前の日本の歴史を手繰ってみれば、全くの他人事とは思えません。戦時中の日本にも「爆弾三勇士」や「神風特攻隊」というものがありました。将来ある若者や学徒兵が「靖国で会おう」を合言葉に、お国のためにとすんで尊い命を散らしていたのです。

内田尚樹の「永遠の0」ではありませんが、彼らは誰のためにどのようにして戦つたのか。その魂魄とは……？

戦時のことを語れば、隣国は未だに日本の歴史認識を追求しています。南京虐殺や慰安婦と言つた特定問題だけではなく、首相の靖国参拝にまで神経を尖らせています。

未だに靖国神社への参拝も政治家の思うに任せないような我が国を思えば、ジハード以下の曖昧さの中で霞んでしまつている彼らの存在は一体何であつたのでしょうか。

隣国の人々は、戦後新たな建国のために徹底した戦中の歴史を受けてきました。反日、抗日教育もあつたでしょう。隣国の現政府は、そのよ

うな人たちが主導するものです。我が国は敗戦国としての占領軍裁判を受けながら憲法の制定こそはしたものの、同敗戦国のドイツのような国民の手による戦争犯罪の検証を

全くしてこなかったのです。そこには如何に美辞麗句を並べても、信じがたい闇が漂っています。

それでも日本は新憲法によって大きく変わりました。憲法はノーベル賞の平和賞候補ともなつた世界に冠たる憲法です。しかし世界には国情により危険な地域が存在します。総じて見れば、民主主義の及ばない、権力と宗教が結びついて硬直化した体制が、そのような姿を生んでいません。とかく自由の幸せを知らない貧しい人々が、選択の余地もなくそのような体制に支配されてしまうのですしうか。

現代日本でも、原因の似ている事件が起きています。オームサリン事件——狂信と独善によるものです。子供や親による残忍な家庭内殺人事件——反抗と独善によるものです。

イスラム過激組織の行動も全く世間に通用しない独善です。独善がやけっぱちになつた時にテロが生まれるのです。

いずれにしろ、他を顧みない独善こそが許されざるテロなのです。

千歯会便り 168号
2015年3月1日発行



SENSHIKAI
発行元 千歯会
医療法人社団 千歯会
編集 ウノ