日本歯科大学新潟病院・医科病院と患者さんをむすぶ

日本歯科大学（新潟病院 医科病院）

アイヴィ通信

Vol.30 2016.4.1

～皆様の口腔と全身の健康を目指して～

2016年第6回スペシャルオリンピックス日本冬季ナショナルゲーム・新潟

～スペシャルスマイルズとして参加～



歯科麻酔・全身管理科
講師
高橋　靖之



スペシャルオリンピックス2016新潟大会が、2016年2月12日（金）～14日（日）の3日間、新潟市の朱鷺メッセ展示ホールおよび新潟アサヒアレックスアリーナ、南魚沼市の五日町スキー場の3会場に分かれて開催されました。

スペシャルオリンピックスは、1962年に故ケネディ大統領の妹ユニス・ケネディ・シュライバー夫人が、自宅の庭を開放して開いたデイ・キャンプが始まりです。スペシャルオリンピックスでは、オリンピックと同様に4年毎に夏季・冬季の世界大会を開催しています。今大会は、2017年オーストリアで開催される世界大会への日本選手団選考を兼ねています。実施競技はアルペンスキー、スノーボード、クロスカントリースキー、スノーシューイング、ショートトラックスピードスケート、フィギュアスケート、フロアホッケーの7種類です。

今回私達は、大会期間中アスリートの健康増進や競技能力の向上のための検診プログラム「ヘルシー・アスリート・プログラム（HAP）」のボランティア（スペシャルスマイルズ）として参加してきました。

HAPは、身体のチェックを6ブースに分けて行うもので、スペシャルスマイルズでは口腔の健康チェック（検診、歯ブラシ指導、衛生教育）を担当しました。他に新潟県歯科医師会、新潟大学と協力し総勢87名（歯科医師、歯科衛生士、歯科助手、学生）で担当しました。歯科受診者は、総数358名（1日目：180名、2日目：178名）と、冬季オリンピックスでは過去最大の人数を記録しました。



スペシャルオリンピックスでは、活動に参加する知的障がい者をアスリートと呼び、多くのボランティアやアスリートのファミリーが、一緒になり彼らの活動を支えています。アスリートの健康や体力増進、スポーツスキルの向上だけでなく、スポーツ活動を通して多くの人々と交流し、アスリートの社会性を育むことを目的としています。

歯の健康を考える Part3

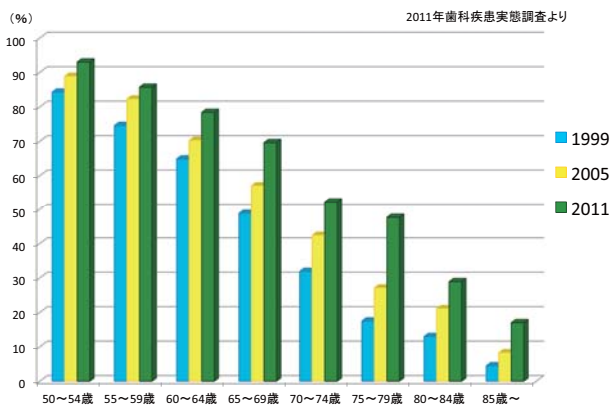
「健口」管理は、かかりつけ歯科医とともに（2）



●新潟病院総合診療科2
石井　瑞樹

◆8020達成者は増えていますが…

●図1 20本以上自分の歯を有する者の割合



日頃からかかりつけ歯科医院で定期的な検診を受けて、むし歯や歯周病を予防することが歯とお口の健康維持増進につながります。歯科界では、1989年から8020運動を推進してきました。ご存知のように「80歳になっても自分の歯を20本以上持ちましょう」というものです。2011年の国の調査では、図1のように『80歳で20本以上自分の歯を有する者の割合（8020達成者）』が38.3%（推定値）にまで増加しました。かかりつけ歯科医をもつ人も少しずつですが増え、子どもから大人までむし歯の数は以前より少なくなり、喪失歯数（抜けた歯の数）も減ってきました。

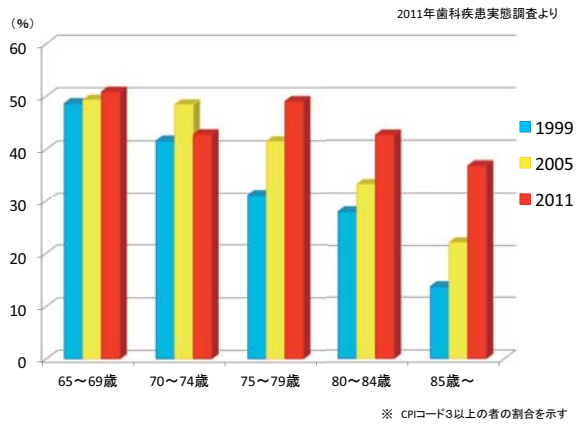
むし歯が少なくなり自分の歯も多く残せている。これらのデータから、昔より国民の歯の状態は良くなったと捉えることができますが、実は、むし歯や喪失歯数が減ったことで一安心とはいかないのです。年齢を重ねても自分の歯を多く残せている人たちのお口の中は、どのような状態なのでしょうか?

◆成人～高齢期は歯周病に要注意?

図2をご覧ください。65歳以上の高齢者で歯周病に罹っている人が以前に比べて増加しており、特に75歳以上ではその傾向が顕著にあらわれています。抜けずに残っている歯が丈夫で、かつお口の中が健康に保たれていれば問題ないのですが、加齢とともに歯周病になりそれが進行してしまうと、歯ぐきの腫れや出血だけでなく歯がグラグラと動くようになります。このよ

うな状態では本来の歯の機能を十分発揮することができなくなり、満足のいく食生活は送れないでしょう。せっかく多くの歯を残せているのに、もったいないと思いませんか？　生きがいのある生活やその質の向上を目指すには、義歯などに頼るのではなく、自分の歯で何でも噛めることが重要となります。

●図2 高齢者で歯周病に罹っている者の割合



何でも噛めておいしく食事ができて充実した日常生活が送れるように、生涯を通じて早い段階から健康な歯を保つ必要があります。かかりつけ歯科医は、専門的立場からの適切な指導によってみなさんのセルフケアを支援しながら、定期健診時には専門的な歯の清掃などを行い、歯周病予防やお口の健康管理をサポートしてくれます。また歯科医師だけでなく、歯科衛生士も患者さん一人ひとりのお口の状況に合わせて親切丁寧な指導を行ってくれる重要なスタッフです。何でも気軽に相談してみましょう。

◆地域と連携したサポート体制

日本人の死因の第三位は、肺炎です。その中には誤嚥性肺炎と呼ばれる病気があります。この誤嚥性肺炎を予防するには、お口のケア（口腔ケア）が大変重要と言われています。高齢になるほどお口の機能を維持することが難しくなることから、特に食事の際のしっかり噛み砕いて飲み込む機能（摂食･嚥下機能）の維持と向上のためのお口の管理や訓練についても、かかりつけ歯科医は重要な役割を担っています。

かかりつけ歯科医は、地域の医療機関や他の医療、福祉、介護などの専門職の方々とも連携しています。全身的な病気を多く抱えながらも歯科治療が必要な方や、前述のような機能訓練が必要な方などに対して、かかりつけ歯科医自らが診察するだけでなく、必要に応じて他の医療機関と連携して専門的医療サービスを確保することが可能となります。

通院のしやすさや治療に関する技術力は歯科医院を選ぶ重要な要素です。しかし、みなさんの将来的な健康維持増進を第一に考えると、繰り返しになりますが、歯やお口の健康状態を把握し継続的な管理をしてくれる、安心して信頼できる、そんなかかりつけ歯科医をもつことが重要なのです。信頼できるかかりつけ歯科医は、みなさんの歯だけでなく、“健康的で生きがいのある人生”をサポートしてくれることでしょう。

ご意見箱

このコーナーでは
皆様からお寄せいただいた
ご意見をもとに
改善内容をご紹介します。

総合受付の自動受付機にステッキや傘を置けるようにしてほしい。片手があかないと不安定です。

回答　ご意見ありがとうございます。自動精算機の一部にはステッキホルダーが設置してありますが、自動再来受付機の脇には小テーブルしかありませんでした。さぞお困りだったと思います。現在、足元のじゃまにならず、しっかり保持できるホルダーを検討中でございます。早急の対応に努めます。



新潟病院では患者様、ご家族様から広くご意見をいただきより快適な病院にするため病院1階受付脇にご意見箱を設置しております。お気づきの点はご遠慮なくご投稿ください。

第3回ロビーコンサートを開催しました

平成27年12月10日（木）、当院1階ロビーにて、クリスマスコンサートを開催しました。バイオリニストの白澤美佳さんをお迎えし、「クリスマスメドレー」や「アヴェ・マリア」「見上げてごらん夜の星を」など全7曲を演奏していただきました。



白澤さんのバイオリンとピアノ（お母様）、歌（お父様）の親子共演もあり楽しいコンサートとなりました。入院患者さんやご家族、外来患者さん、そして私たち職員も心を癒され楽しいひと時を過ごすことができました。



今後、ロビーコンサートで演奏を希望される方がおられましたら、ぜひご連絡ください。よろしくお願いします。

（地域歯科医療支援室 看護師　神田　明）



病院で働く人々

第18回 hospital specialist

「歯科補綴学第2講座」の 勝田 康広 です。





私の専門は、歯の被せ物やインプラントによる治療で、日々臨床と研究を行っております。

お口の中で、残念ながら虫歯が発生してしまった場合や歯を失った場合、虫歯や隣の歯を削って“被せ物”による治療を行うことがあります。この“被せ物”は、材質の違いによりさまざまな種類が存在します。例えば、被せ物の色の違いとして白色や銀色、金色のものがあることはみなさんご存知だと思います。しかし、材質の違いは色だけではなく、強度、汚れの付きやすさ、お口の中での安定性などに違いがあります。そして、お口の中で使用される材料は、数々の材料強度試験、毒性などの臨床試験をクリアしたものであり、その研究・評価に携わるのも、私たちのような大学に所属する歯科医師の役割の一つです。

材料試験には曲げ試験、引張試験、摩耗試験などの強度を測定するもの、細菌検査など汚れの付きやすさを確認するもの、成分を分析するものなどがあります。材料の研究を行うと、材質には一長一短があることがよくわかります。色は白くて綺麗でも強度が弱い、色は銀色でも強度が優れて壊れにくいなど、それぞれの特性が大きく異なります。

治療を行う側も、色が綺麗で汚れが付き難く、長持ちする材料で被せ物を製作したいと考えますが、残念ながらこれらの条件をすべて満たす材料は存在しません。

被せ物の材料を選択する際には、“患者さんが何を最も求めるか”が大切であると私は考えております。審美性を最も気にされる方は白い材料を選択して思いっきり笑っていただきたいですし、なんでも食べられるよう機能性を大切にされる方は、強度に優れる材料を選択し毎日の食事を楽しんでいただきたいと思います。

最近はCAD/CAM、いわゆるカメラを使って歯の形を読み取り、被せ物を機械で自動的に削り出して製作する方法も取り入れられております。

被せ物の治療を行う際には、材質について担当の先生に相談してみてはいかがでしょうか。

新潟病院 臨床研修歯科医師のコラム



第25回 健康と歯科

総合診療科4
●湊　健太郎　●笹川　敦大

「健康寿命と歯科」

健康寿命とは、「健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間」と定義されています。なので、平均寿命と健康寿命の差が日常生活に制限のある「健康ではない期間」を意味します。2013年において、この差は男性9.02年、女性12.40年でした。つまりこの期間の間は介護などが必要な期間にあたります。

高齢になってくると、どうしても認知症や寝たきりなどの問題がでてきます。この問題にお口の中の健康、歯の健康が深くかかわっています。脳卒中や心臓病、糖尿病などの発症と悪化にもお口の中が深く関わっていることもわかっています。自分の歯でしっかりと噛めていると、全身疾患のリスクが低いなどの様々なデータが報告されてきています。歯があるのとないのでは、生活習慣病の発症率が高くなったり、がんのリスクが高まったりしてしまうといわれています。

「健康寿命を延ばすために」

今後、日本でますます課題になるのは認知症です。この認知症ついては前回のアイヴィ通信にて掲載させていただきました。歯が多く、しっかりと治療を行い、噛めるという状態が残っていることが認知機能と関係があります。

また高齢の方にとって肺炎というものが深刻な疾患となっています。日本人の死因に占める割合は約10%ほどですがその95%以上が65歳以上の高齢者です。高齢になるとお口の中の環境が変わり飲み込む機能が低下するため、誤嚥性肺炎が原因で亡くなる人が多いからです。

そうしたことから口の中をきれいにする口腔ケアをおこなうと、肺炎を防止することにつながります。うがいや歯磨きはいつもしていることかと思いますが、顔の表情を作るトレーニングをしたり、お口の周りの筋肉を鍛えたり、ベロの運動をしたり、唾をよく出るようにマッサージを行ったりすることも大切です。

私たちは在宅往診などにも携わらせていただいています。在宅の診療においても様々な診療を行っていますが、治療を受け、お口の中の状態をしっかりと維持している方たちはどなたも笑顔で過ごしていらっしゃいました。

歯の健康とともにお口の機能を維持することによって、食べ物をおいしく食べる。これが健康寿命を延ばすことにつながっているのです。

編集後記

■今年は寒暖の差が激しく、やっと暖かな日が続くようになりました。皆様お変わりありませんか?桜の花も咲き始め、また季節が変わっていきますね。こうやって一年一年、あっという間に年をとっていくのだなぁなんて、春の感傷に浸りつつ、でも年齢にも年をとることにも、負けてはいられません。ちゃんと歯も心もメインテナンスをして、今年度も乗り切って行きましょう!(あやぱん)

日本歯科大学新潟病院・医科病院
アイヴィ通信
Vol.30 2016.4.1
発行日／平成28年4月1日　発行人／山口 晃　大越 章吾
〒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)