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.41 2019.12.1

～皆様の口腔と全身の健康を目指して～

第30回甲信越北陸口腔保健研究会総会・学術大会開催について



日本歯科大学新潟病院
在宅ケア新潟クリニック院長
黒川　裕臣

この度、第30回甲信越北陸口腔保健研究会総会・学術大会を令和元年7月27日（土）、開催しました。昨年4月、本学在宅医療31年目の新たなステージとして新潟県三条市に、在宅医療のみを実施する保険医療機関「在宅ケア新潟クリニック」を開設しました。このような経緯から燕三条地場産センターを会場に、地域包括ケアの関わりに新たな一歩踏みこめる学術大会になるよう企画しました。

学術大会では、9題の口演発表が行われました。その後、日本歯科大学新潟短期大学学長・日本歯科大学新潟生命歯学部耳鼻咽喉科学教授の五十嵐文雄先生による特別講演「難聴とその原因疾患」と、ミニシンポジウム「地域包括ケアシステムから見た歯科の取組み」が行われました。①平澤貴典先生は、「特別養護老人ホームにて食を支えた1症例」から、リスクの高い高齢者の治療に関わり連携の進め方について、②川嵜隆憲先生は、「反回神経麻痺を呈する嚥下障害に対して頸部回旋嚥下の効果があった1例」から、頸部回旋嚥下が効果的だったのは麻痺側に食塊が通らないよう流路をコントロールした効果について、③髙田正典先生は、「在宅ケア新潟クリニックにおける医療連携の取り組み」から、医療連携の取り組みについて講演をいただきました。

地域医療現場の方々から活発な意見交換があり、情報共有の重要性が改めて確認されました。発表奨励賞には、澤田佳世様の「訪問歯科診療における問題点～歯科衛生士懇談会から～」ならびに、土屋信人様の「地域歯科医師会の在宅歯科医療連携室における取り組みについて」が選ばれました。学術大会終了後、日本歯科大学在宅ケア新潟クリニックの見学会が催された。非会員の方を含め62名が参加し、有意義な情報交換の機会になりました。



のどカゼ（咽頭炎、喉頭炎）と扁桃炎

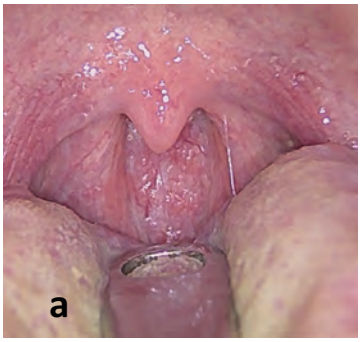


●耳鼻咽喉科
教授
五十嵐文雄

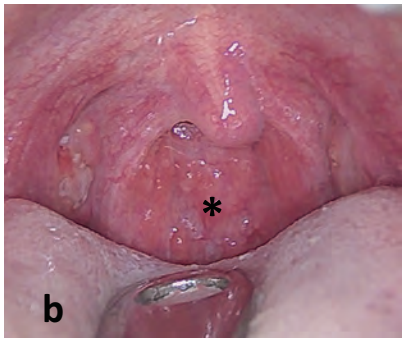
カゼを引きやすい季節になりました。のどの痛み、咳、微熱などが出るカゼも、より症状が重いインフルエンザもウイルスが原因です。インフルエンザはインフルエンザウイルスが原因で、高熱などの全身症状を伴うことが多く、肺炎などの合併症を起こしやすいことが特徴です。カゼとは別な病気と考えた方が良いでしょう。ここではインフルエンザ以外の、のどカゼ（咽頭炎、喉頭炎）とそれに引き続いて発症しやすい扁桃炎について述べます。カゼの原因となるウイルスは200種類以上もあるといわれています。また同じウイルスでもいくつかの型があり、年ごとに変異しますので、あるウイルスに感染して免疫ができたとしても、次々に生まれる新しいウイルスに感染して、繰り返してカゼをひいてしまいます。

のどカゼは口を開けると突き当たりに見える「咽頭」にウイルスか感染して発症しますので咽頭炎と言います（図1）。まれに、咽頭炎でも急に痛みが強くなり、食事ができないほどになることがあります。これは急に咽頭の一部が腫れてくるためで、この場合は入院治療が必要となります（図2）。咽頭炎だけですと症状はのどの痛み、微熱程度ですが咽頭の下方、声を出す「喉頭」に波及すると喉頭炎も加わり、咽頭喉頭炎の状態になります。喉頭炎も加わるとノドの痛みが強くなり、咳が出て声がかすれてきます（図3）。

治療として痛み止め、咳止めなどを服用しますが、これらは症状を和らげるもので、ウイルス



●図1 a：正常の咽頭



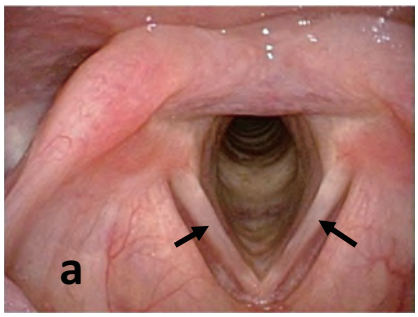
b：咽頭炎、正常に比して咽頭全体が赤くなっている（*）。

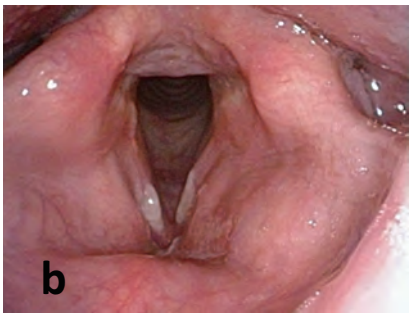


●図2 急にのどの痛みが強くなった例。一部が赤く腫れている（*）。

自体を退治するものではありません。治療の基本は体の抵抗力（免疫力）を高めてウイルスを排除することです。そのために表に示したことを実践していただければと思います。

　扁桃炎はカゼや疲労で抵抗力が弱っているときに細菌が入り込み化膿性炎症を起こした状態です。ノドの痛みは強くなり、熱も高くなります。のどカゼとは異なり、細菌を退治する薬（抗菌剤）の投与が必要になりますので、のどカゼ症状が長引き、強くなる場合は耳鼻科の受診をお勧めします（図4）。





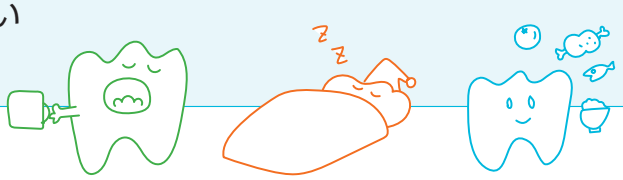
●図3 a：正常の喉頭（矢印：両側の声帯）　b：喉頭炎、両側の声帯が赤くなり、一部表面が剥がれたような状態になっている。



●図4 急性扁桃炎。両側の口蓋扁桃が赤く腫れ、表面には膿が付着している。

カゼを早く治すために

- こまめに手洗い･うがいをする
- こまめに水分補給をする
- 十分な睡眠を取る
- 栄養のあるものを食べる
- 寒気がするときは体を温める
- ノドの潤いを保つ
- 熱で体が熱いときは無理に温めすぎない



マンモグラフィによる乳がん検診について



●放射線科
診療放射線技師
滝沢　友香

女性にとって気になる病気である乳がんですが、日本ではどのくらいの女性がかかっているかご存知でしょうか?生涯を通して乳がんを患う女性は11人に1人といわれています。罹患率は高いですが、早期発見ができれば高い生存率を見込める病気でもあり、欧米では検診受診率の向上(7〜8割)により、乳がん死亡率は減少してきています。数ある乳腺検査のなかでもマンモグラフィを用いた検診は、統計学的調査により乳がんの死亡率低減に効果的であることが示されていますが、日本における検診受診率は4割程度と半数以下にとどまっており、死亡率も増加傾向にあるのが現状です。

さて、マンモグラフィというとすごく痛い検査というイメージを持たれる方が多いのではないでしょうか。実際のところ痛みに関しては個人差が大きく、かなり痛みを感じる方もいれば、なんともないと言われる方もいます。一般的には乳腺の量が多い方や、胸が張っているときは痛みを感じやすいとされています。痛くなければいいのに……とも思いますが、圧迫には重要な役割があり、適切な圧迫をすることにより乳腺の重なりを避け病変を見つけやすくできますし、乳房を薄くのばすことによって被ばく線量を減らすことができます。



マンモグラフィの撮影方向には、上から挟む**上下方向(CC)**と斜めから挟む**内外斜位方向(MLO)**の2つがあります。MLOは乳房全体を広く描出できることから、マンモグラフィ検診の基本となる撮影と言われています。CCはMLOでは描出されない可能性のある部分をよく見るために撮影を行います。新潟市の検診の場合、40代の方は2方向撮影、50歳以上の方はMLOのみの1方向撮影を行っております。また、当院のマンモグラフィ装置は3D撮影(トモシンセシス)に対応していますので、より詳細な写真を得ることができます。

〈上下方向〉

CC撮影の目的はMLOで描出しづらい乳房の内側の乳腺組織を写し出すことです。

1. 立ち方：装置に対して正面を向いて立ちます。足は肩幅に開くと安定します。
2. お顔の向き：横を向いてフェイスガードに耳を付けます。少し首がつらい体勢ですが、写真に顔が映り込まないようにするために必要ですので、ご了承ください。
3. ポジショニング：装置の高さを合わせ、乳房を検出器に固定していきます。このとき、乳腺全体が写るように乳房を前方に引っ張り出して手で固定します。
4. 圧迫：手で押さえている乳房を圧迫板で固定します。
5. 仕上げ：きれいに写るように皮膚のしわがあれば少し引っ張って直します。
6. 撮影：息止めの合図があります。照射が完了すると圧迫板は自動で離れます。

〈斜め方向〉

MLOでは脇の下からお腹との境目まで、広い範囲を写します。

1. 立ち方：装置に対して正面を向きます。ここでも足は肩幅に。
2. 位置合わせ：装置の高さや角度、足の位置など微調整をします。
3. ポジショニング：脇の下のくぼみと検出器の角が合うように調整します。体の位置合わせができたら乳房を引き出して検出器に固定します。
4. 圧迫：圧迫板で固定します。反対の乳房を避けながら板を下げていきます。
5. 仕上げ：乳房とお腹の境目はしわになりやすいのできれいに整えてから撮影に進みます。
6. 撮影：3D → 2Dと続けて撮影していきます。息止めは10秒程度です。

このような流れで検査をしていきますが、一つ一つの動作ごとに技師が声をかけながら進めていきますのでご安心ください。検査を受ける際は緊張されるかと思いますが、できるだけ力を抜くことがポイントです!

●マンモグラフィ検査のお問合せ先

医科病院 外科外来
TEL：025-211-8251(直通)
（午後2～4時の間にお願いします）



私たち、女性技師が担当します

新潟病院 臨床研修歯科医師のコラム



第35回 生活習慣と口腔内環境

総合診療科
●松田　正嗣　●八板　直道　●五十嵐将宏

近年の歯科医療は虫歯などの治療だけでなく、虫歯や歯周病を予防するために患者さんの口腔内環境を整える指導を行うことが中心となりつつあります。そこで今回は、口腔内環境への影響が大きいとされる生活習慣との関連性についてお話させて頂きます。

食生活・喫煙・ストレス・運動不足などの生活習慣の乱れにより、口の中が荒れたり唾液の量が減り虫歯や口臭を生じるといった口腔内環境の悪化を引き起こすことがあります。それを防ぐためにも日々の歯磨きだけでなく生活習慣にも気を配っていく必要があります。



お口の中には常に500～700種類の細菌がいると言われています。そのようなお口の環境を良好に維持する方法が毎日の歯磨きです。歯磨きを怠るとどのようなことを招くでしょうか?まず病気を引き起こす細菌が勢力を強めていき、虫歯や歯周病になり、進行すると歯が抜けることもあります。この歯が抜ける一番の原因となる歯周病原因菌は最も危険な存在の一つと言えるでしょう。近年、この歯周病原因菌が生活習慣病に深く関連していることがわかってきました。糖尿病・動脈硬化・高血圧・高脂血症などです。特に糖尿病と歯周病は密接に関わっており、糖尿病の人は歯周病になりやすいとも言われています。また、お口から肺に細菌が入ってしまうと誤嚥性肺炎を引き起こすこともあり、そのため肺炎予防のための口腔内環境改善が注目されています。

このように生活習慣と口腔内環境は直結しているため、定期的な歯科医院への受診と生活習慣の改善が非常に重要となります。口腔内環境と生活習慣が整えば健康的な生活を送ることができ、日々の生活を豊かに過ごすことができます。これからの人生において、お口とお身体の健康を保つためにも意識して日々の生活を見直してみてはいかがでしょうか。

編集後記

■いよいよ本格的な冬将軍の到来の季節になりますが、皆さまにおかれましては如何お過ごしでしょうか。今年は五月に令和に元号が変わり新しい時代の幕開けで、秋にはラグビーワールドカップ日本代表がベスト8入りと新しい歴史と躍動の一年になりました。、また例年より早く、インフルエンザの流行も始まっており一層、体調管理には手洗いとうがいが重要かと思います。新しい年度に備え、気を付けてお過ごし下さい。(yacchin)

日本歯科大学新潟病院・医科病院
アイヴィ通信
Vol.41 2019.12.1
発行日／令和元年12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)