

fureai ふれあい No.44号

令和2年1月17日発行 第44号 発行／総合青山病院(0533)73-3777 印刷／機昭栄社印刷所

<http://www.aoyama-hp.or.jp>

第43回

医師
からの
メッセージ

口は万病のもと

歯科口腔外科部長 吉見涼子



みなさん、こんにちは。

私は昨年8月より、当院の歯科口腔外科に赴任しました。名古屋大学、名古屋第二赤十字病院と勤務し、骨折、癌、親知らずの抜歯、手術前後のお口のケアなど、さまざまな治療に携わってきました。

最近、お口の中の細菌が全身の病気と関係していることが分かってきましたので、今回私からは、そのお話をさせていただきます。

『歯くそ』という言葉がありますね。これは非常に的を射た言葉です。歯くそとは、歯に付着している白くねばねばした汚れのことで、便と同じくらい細菌が多く、爪ようじの先についた程度でも、10億個の虫歯菌や歯周病菌が

含まれています。お口の中は細菌がとても住みやすい環境で、綺麗に磨けていない人の口の中全体では、1兆個もの細菌がいると言われています。毎回こうした細菌を唾と一緒に飲み込むということは、大変恐ろしいことです。というのも、その結果として誤嚥性肺炎が引き起こされ、命に関わるからです。

こうした細菌は、虫歯や歯周病で腫れた歯茎から体内に侵入することもでき、血流に乗って全身に運ばれると、血管を傷付けたり毒素をまき散らしたりして、脳出血や脳梗塞、心筋梗塞、早産を引き起こすこともあります。他にも、糖尿病、動脈硬化、脂質異常症、認知症、関節リウマチ、

骨粗鬆症など、現在研究されているものも含めると、非常に多くの病気と関わっていると考えられています。

予防のために大切なのは、食事のつど、歯を丁寧に磨くことです。うがいでは磨いたことにはなりません。入れ歯も、消毒液に浸けるだけでは不十分です。入れ歯用の清掃器具で洗ってから消毒液に浸けなければ、消毒薬の効果は発揮されません。定期的には歯医者さんを受診して、虫歯や歯周病を早めに治すこと、磨き残しをチェックしてもらうことも、結果として全身の病気の予防につながります。

この機会に一度、ご自分のお口のケアについて、見直してみたいかがでしょうか？

ご意見

ご要望

ふれあい箱の回答

たくさんのご意見ありがとうございます。



正面玄関は午前7時30分から午後8時30分まで開いております。
なお、

情報 STATION

Aoyama Hospital Information Station



遊びの広場の解答

6	8	9	4	5	3	1	7	2
3	5	1	2	8	7	9	4	6
4	7	2	1	6	9	8	3	5
9	6	3	5	7	2	4	8	1
5	4	8	6	9	1	7	2	3
2	1	7	3	4	8	5	6	9
7	3	5	9	2	4	6	1	8
8	2	6	7	1	5	3	9	4
1	9	4	8	3	6	2	5	7

編集後記

