

まじょのしんぶん



の 話

～歯周病と全身への影響の話～

熱中症に気を付けて！



今年は空梅雨で雨が降る日が少なく暑い日が
続いています。今年も熱中症のニュースをよく耳にします。
体が暑さに慣れるまで2週間ほどかかると言われています。梅雨明けと同時にさらに
気温が上がることも考えられますので、十分な休息と水分補給を心がけましょう！高
齢者はのどの乾きが感じづらいので、部屋の中にいるときも、1時間につき半分の
水分を摂るなどの1-1を染めて厳しい暑さを乗り越えましょう！
熱中症の初期症状は、めまいや吐き気などです。いつもと様子がおかしいと少しで
も思ったときは決して無理をせず、涼しい場所で休憩しましょう。症状が治まらない
ときはお近くの医療機関を受診して下さい！



8020コンクール申込み受付中

今年も8020コンクールの受付が開始されました。受付期間は9月30日までです。
対象者は昭和10年10月31日以前に生まれた方で、自薦他薦は問いません。申込み
には、ご予約をいただき口腔内の検診（無料）が必要となりますので、ご希望の方
は是非ご連絡下さい。花巻市は受賞者全員（花巻市在住）に8020表彰式を行っ
ております。こちらの表彰式を楽しみにして下さっている方もいらっしゃるのでは
ないでしょうか。暑い日が続きますので、歩きやすい時間を見つけて是非検診に
いらして下さい！

県歯野球大会

8月29日（土）と30日（日）の両日、岩手県歯科医師会対抗野球大会が今年
は北上市を会場に開催されます。
当院長も参加致しますので、29日（土）は日休診となります。
普段は、繊細な治療を得意とする院長ですが、この日はドカンと発火仕事をして、
今年も活躍してくれることをスタッフは願っております。

歯周病はお口の中だけの病気だと思いませんか。実は、1990年代後半から歯
周病が全身疾患や全身の状態に影響を及ぼすことが明らかになってきました。
歯周病菌がどのように体内へ入るのかと言うと、1つは、歯周病が進み深い歯周
ポケットが出来るとそこから歯周病菌や炎症したときに作られる物質などが歯肉の
血管に進入し血液に流れ込んでしまうのです。これが全身の組織や臓器に何らか
の影響を与えていると考えられます。こうなると一番恐ろしいのは、この菌が心
臓に入ってしまった場合です。心血管の病気が発症しやあくない心筋梗塞や狭心症
を起こすこともあるのです。

もう1つ体内に入る方法は、唾液や食物と一緒に直接飲み込むことです。胃に入
れば胃酸で殺菌されるのですが、唾液中の歯周病菌が誤って気管に入り肺炎を起
こすことがあります。これを誤嚥性肺炎といいます。肺炎は日本の死因4位ですが、
そのうちの94%が75歳以上の高齢者なのです。高齢者は飲み込む力や咳反
射が低下しているために誤嚥を起こしやすくなります。

他にも糖尿病へも影響されます。歯周病は合併症の1つとされています。歯茎の
炎症によりつくられた物質が血糖値を低下させるインスリンの働きを阻害してしまう
ので血糖コントロールが改善しにくくなります。さらに、女性に多い骨粗鬆症や早産、
低体重児出産にも影響されますので注意が必要です。

歯周病は症状がある程度進まないとい目に見える口腔内
の異常や痛みが現れません。そのためにも定期的な検診
が大事になるのです。痛みを基準にせずには歯科検診を受けましょう。



8月

3日（月）午後休診
13日（木）休診
14日（金）休診
15日（土）休診
20日（木）午後休診
25日（火）11時から休診
27日（木）午後休診
29日（土）休診

9月

3日（水）休診
5日（土）午後休診
17日（木）午後休診
21日（木）午後休診
29日（火）午後休診

8/16は花巻保健セン
ターにて休日歯科診療
を行っております

あとがき

暑い日が続きます。熱中症
の他にも感染症や食中毒も
多い時期です。手洗いや歯磨
きも忘れずに行いましょう。
夏が好きな方も多いと思いま
す。北東北は夏が短いですが
暑い夏を楽しみましょう。



発行 平成27年8月1日
たむら歯科医院
岩手県花巻市南城2-1-3
担当：千田 ナギイン：菊池