

加藤新聞

31号

糖尿病

人や動物がエネルギーとして主に利用しているのが、食物から吸収されるブドウ糖です。体のあらゆる所にエネルギー源を供給するために、ブドウ糖はいつも血流のつて体内をめぐるっています。このように血液中に流れているブドウ糖のことを血糖といい、血液中の血糖の濃度を示したのが血糖値です。

通常の血糖値（空腹時）
80～100 mg/dl

糖尿病の血糖値
126 mg/dl

食事をしてブドウ糖が吸収されると血糖値は高くなります。体は血糖値を一定に維持しようとするので余分なブドウ糖は『体を動かす』など多くブドウ糖が必要ときに備えて肝臓や筋肉、脂肪などに蓄えられます。

その時働くのが『インシュリン』です。インシュリンが働かなくなると、食事後に増えた血糖中のブドウ糖が減らなくなり、血糖値が高いままになります。

これが糖尿病です。食生活の欧米化による脂肪摂取量の増加、自家用車などによる運動不足が関与していると考えられます。

患者数80万人

予備軍を含めると1200万人

抵抗力の低下、創傷治癒の遅延

健康な人は細菌の侵入にも体を守るために防御反応（免疫応答）が働きます。

白血球もそのひとつですが、糖尿病になると、その機能が低下し、細菌への抵抗力が落ちていきます。（易感染性）

また、コラーゲン繊維の合成能の低下により、創傷治癒も遅れます。

糖尿病と歯周病の関係

悪い連鎖

糖尿病になると、歯周組織の炎症を増大させ、歯周病が促進される。歯周病になると、インシュリンの働きが悪くなり、さらに糖尿病が悪化し、歯周組織の炎症が増大する。

改善

糖尿病の治療をおこなえば、歯周組織の炎症を抑えられ、歯周病の治療を行うことで、インシュリンの働きが改善し、結果糖尿病の症状が改善される。

* 内科的に糖尿病がコントロールされていることが必要

高血圧症

高血圧とはどんな病気？

下の図のような、注射筒とそれにつながれている風船を思い浮かべてください。注射筒が心臓、風船が血管です。普通（正常）は風船に弾力があるので、そんなに強い力でなくても風船は膨らみますが、もし弾力のない硬い風船だったらどうなるでしょう。同じ大きさまで膨らまそうとすると、かなりの力が要ることになります。これが高血圧の原理で、弾力がなくなつた硬い風船（血管）は、動脈硬化と呼ばれる現象だと考え

てください。
高血圧とはいったいどれくらいの高血圧のことを言うのでしょうか。
日本高血圧学会により

最高血圧
140以上

最低血圧
90以上

と規定されています。

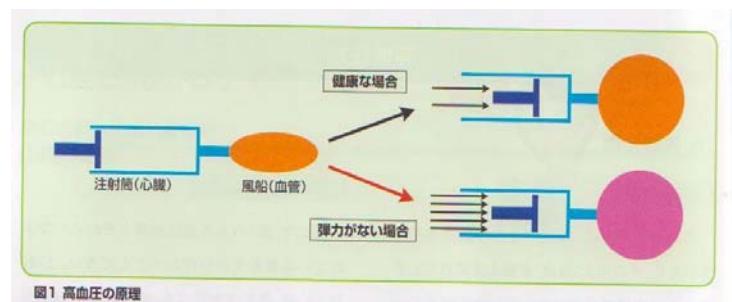


図1 高血圧の原理

口腔内（歯や歯周組織）への影響

高血圧症自体が直接、虫歯や歯周病の進行に影響を与えることはありません。しかし、降圧剤（血圧を下げる薬）の中でカルシウム拮抗剤と呼ばれるものを服用されていると、副作用として歯肉肥大を生じることがあり、全体に厚みのあるぼつとりとした歯肉になります。結果、ポケットが深くなり、歯肉縁下にプラークが停滞し、炎症を生じやすくなります。きちんと清掃することで、歯肉の腫れはある程度抑えられますが、炎症が生じると、降圧剤により血管が拡大していることから、健康な人に比べて赤みが強くなります。

ライフスタイル改善による

高血圧の予防と管理

- ・ 体重の適正化
- ・ 節酒（アルコール量として30㍺以下）
- ・ 有酸素運動（ほぼ毎日30～45分）

- ・ 塩分制限（食塩として一日6g以下）
- ・ 適量のカルシウム、カルシウム、マグネシウムの摂取
- ・ 禁煙、飽和脂肪とコレステロールの摂取制限

低周波・高周波混合治療器「フロイデ」



下顎にインプラントを埋入する場合や、下顎の親知らずを抜く場合など、その周囲や下口唇に麻痺症状がみられる場合があります。現在そのような症例に対しての処置方法としては

- ・ 薬剤治療法（ビタミン製剤、ステロイド剤）
- ・ 神経ブロック療法（星状神経節ブロック）

などの処置方法が行われています。そういう症状に悩んでいる方に対して、薬剤療法と併用して当院では、低周波・高周波混合治療器「フロイデ」を導入しました。

特徴としては深部までの血流効果、神経刺激、疼痛除去、筋肉の柔軟効果があげられます。また、顎関節症の方にも有効です。そういう症状をお持ちの方がお知り合いにいらついたら是非ご紹介下さい。

松崎孝美

こんにちは！助手の松崎です☆

今月で一年がたちました(＊、＊)

周りのスタッフの皆さんのおかげで頑張

ってこれたと思います☆☆

ありがとございます♡♡

事情があつてこれからは夕方四時までし

かいませんが、これからも一生懸命頑張

りますのでどうぞよろしくお願いします

す！

コラムはこれで二回目です・・・今回は

『自分磨き☆』皆さんは自分磨きされて

いますか？

私は三年前に美顔器を買ってほぼ毎日美

顔器を使っています。いろんな美顔器があ

ると思いますが、私が使っている美顔器

はスゴイです。スチームが出て低周波マ

ッサージ、頭皮マッサージ、ピーリング、

毛穴洗浄いろいろできます。キレイにな

ったかと聞かれると・・・？

これは自己満足だと思つので、女です

からキレイでいたいと思う気持ちをいつ

でも忘れず、これからも外見だけでなく

内面も磨いていきたいと思ひます！



河口弘幸

今回コラムを担当します、技士の河口

です。

これを書いているときは九月十九日(土)

シルバーウィーク直前なのですが、天気

は快晴。良い連休になりそうです。

今回は三国志について熱く語ります！

ちまたではゲームより派生した日本の歴

史好きな女性、いわゆる『歴女』がブー

ムとなり、その火付け役にもなった戦国

武将たちにスポットが当たっています

が、赤壁の戦いを舞台とした映画『レッドク

リフ』が映画化されたり、中国の歴史熱

もまだまだ冷めそうにありません。

三国志の『三国』とは、孫権率いる『呉』

劉備率いる『蜀』、曹操率いる『魏』に分

かれ、中国を統一せんと争います。

呉には、軍師周瑜、太史慈、呂蒙、甘寧。

蜀には関羽を始め趙雲、馬超、黄忠の五

虎将軍。

魏には夏侯惇、許褚、張遼、徐晃と総々

たる顔ぶれが並びます。

なかなか面白いので、興味のある方は一

度『三国無双』をプレイしてみてください

い。

ちなみに僕はいつも呂布を使っています。

強い！

スタッフ十先生に聞きました。

「シルバーウィークどこに行き

ましたか？」

河口 ねてた

徳永 自分の好きなことを、思いつき

やりましたー大満足♡♡♡

作本 イケメンが焼いてくれる焼き鳥屋

に行きました・・・

河野 妹の結婚式で神戸に行きました♡

奥田 おとんと釣りに行ったよ！

桑野 子供の空手の試合がありました。

あとは家の掃除をしました

中塚 広島にお好み焼き食べに行った！

松崎 別府に温泉入りに行きました★

蜂谷 日頃できない事をしてました

祝迫 十人分のカレーを作ってパーティ

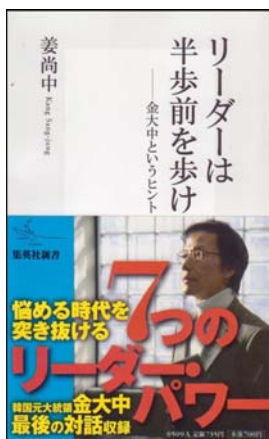
ーしました

先生 セミナーに行っていました

彰先生のおススメ図書コーナー

「リーダーは半歩前を歩け

ー金大中というヒント」



彰先生の解説

この医院を継承し、早五年が経とうとし

ています。

この間、私はあることについて毎日のよ

うに悩み、苦しんでいました。

何百冊その関連本を読み漁りました。し

かし、答えは見つかりませんでした。色

んなセミナーにも参加してみました。し

かし、胸のうちにややもやが残るだけ

でした。

あること・・・皆さんは何だと思ひます

か？

そう、そつなんです。この本に書かれて

ある、リーダーとはどうあるべきなのか。

ということなんです。この本と出会い、

これから私の歩むべき道が見えてきたよ

うに思ひます。日本にいるすべての人が

リーダーになれる、いいえ、なるべき時

にきているのではないかと感じています。

あとがき

こんにちは。今月も加藤新聞を読んで頂

きありがとございます。先月は休載し

てたので、二ヶ月ぶりですね！お待たせ

しましたー

二ヶ月ぶりということもあつて、今月は

沢山載せる内容があり、まとめるのに苦

労しました・・・今月載せられなかった記

事は来月載せたいと思ひます。

上の、河口さんのコラム・・・打つのが

大変でした！この漢字なんて読むの？と

いうのが多数です・・・(汗)

でも、三国志面白そうだからちよつと勉

強してみようかなー

あ、今月から文字のフォントを変えてみ

たんですけど、どうでしょうか？少しは

読みやすくなったでしょうか？

それでは来月もよろしくお願ひ致します。

お知らせ

十月三日(土)

十月二十四日(土)は

院長研修の為、休診いたします。

ホームページ紹介

www.kato.or.jp

よろしくお願ひします。