

# 加藤新聞



においては「家族歴の聴取」が重要視されます。このほか、意外に多い原因が脾がんによる脾臓切除後の糖尿病です。

うちから介入することが可能ですが、予防から治療まで、ユニットに座つた方の人生に寄り添うことができるは歯科医療だけなのです。歯科医療のすばらしさと歯科の責務が浮かび上がつてることでしょう。

## 医科・歯科連携の必要性

- ③ 脾臓炎症・糖尿病
- ④ 神経炎症・認知症



現在の栄養指導では味覚障害・咀嚼機能をあまり考慮されていないよう思われます。

例えば、味覚障害・唾液分泌障害で偏食を来している人に「バランス良く食べましょう!」と言つたり、臼歯を失い噛めない人に「野菜を350g食べましょう!」と言つたり……。

偏食の向こうに味覚障害が、軟食の向こうに咬合の問題が隠れていることをもつと知つていただきたい。

口腔から始まる全身への感染と炎症を生涯にわたり予防することが大切です。

歯周病原性全身感染症は臓器の炎症をもたらせます。つまり、歯周病原

が口から全身へと流れることにより、

次の流れで病気を発症するとされています。

- ① 口腔炎症…う蝕、歯周病
- ② 血管炎症…心血管病

## 歯科と糖尿病

駆け巡ります。歯周病は擦り傷にウニチを塗りたぐると同じことなのです。お口から肛門までは一本で繋がっています。バイ菌の入り口と出入口、どっちが大事でしょうか?

※にしだわたる糖尿病内科  
西田瓦先生の講演会より

高血糖症状  
糖尿病の典型的な症状を紹介します。

- 多飲
- 口渴
- 多尿(夜間排尿回数増加)
- 体重減少(1ヶ月で5~10kg減少)
- 全身倦怠感
- 1)むら返り(就寝中に好発)
- 脱水症状(舌の乾燥と委縮)

## 歯周病は、糖尿病の合併症の一つです

### 〈お口の健康セルフチェックシート〉

#### 生活習慣

- |                            |                     |
|----------------------------|---------------------|
| <input type="checkbox"/> 1 | 間食をあまりしない           |
| <input type="checkbox"/> 2 | ストレスをうまく解消している      |
| <input type="checkbox"/> 3 | たばこを吸わない            |
| <input type="checkbox"/> 4 | 深酒をしていない            |
| <input type="checkbox"/> 5 | 1日1回は時間をかけて歯磨きをしている |
| <input type="checkbox"/> 6 | フッ化物入りの歯磨き剤を使っている   |

#### 【5個以上に○がついた人】

「これからも良い生活習慣で過ごします。」

#### 【3~4個に○がついた人】

「一つでも○を増やしましょう。」

#### 【0~2個に○がついた人】

「すぐに生活習慣を見直しましょう。」

## 予防から治療までできるのは歯科だけ

医科は糖尿病発症後にしか介入す

ることができます。遺伝子異常に基づく糖尿病は全体の数%に及ぶともいわれています。このため、糖尿病の問診

は歯周炎発症後はもとより、健康の



## お口の様子から

- 1 いつも口の中がさわやかだと思う
- 2 齒肉の色がピンク色で引き締まっている
- 3 齒のぐらつきがなく、しっかりとかめる
- 4 齒と歯の間に物が挟まらない
- 5 歯がしみたり、痛まない

全ての項目に○がつかないときは、お口の中に問題があります。

1週間に1回はお口の健康状態を自分で観察し、定期的に歯科を受診しましょう。

## 参考書籍

「内科医から伝えたい歯科医院に知ってほしい糖尿病のこと」



医歯薬出版株式会社

河口 さんま 松岡 くり  
倉岡 もんまヒジール

Q 秋のイベントといえば運動会。好きな(得意な)競技といえば?

院長 たま入れ  
河口 リレー  
倉岡 騎馬戦  
和井元 リレー  
松岡 リレー

## 今月のコラム

### 倉岡朋子

加藤新聞をご覧いただきましてありがとうございます。助手の倉岡です。今年の夏も暑かったです!!といふことで私の夏の思い出を…。

以前のコラムでもお話ししたかもしだれませんが、大学時代は軽音サークルでバンドを組んでいまして、今年で結成十七年!一年で一、三回しか集まれませんが、楽しく演奏をしております。ちなみにどこかのイベントに出ることもないので、皆様にはお聞かせする機会がないのですが(汗)

しかしながら、ここ最近は集まるたびにメンバーの誰かが体調不良なのです。全員が30歳を超えてくると若さだけでは乗り切れません。ちなみに前回はギターが当日にぎっくり腰

を再発させました。機材が重いですからね…。今回は誰が…ということがだつたのですが、なんとベースの車のタイヤがバースト!!幸いケガはしていないのですが、別のメンバーの車に機材を載せ直したりと練習前から大変だったようです。

そんなハプニングもありましたが、練習はいつも通り和気あいあい、楽しい時間を過ごせました☆皆様は今年の夏はどうお過ごしでしたか?また来年の夏も楽しく過ごせますよう!

## 院長のオススメ図書

私も知らなかつた糖尿病に関する話です。

「治療後のHbA1cが7.5%~7.6%の場合、最も死亡リスクが低い」、「HbA1cが6.5%未満の場合、死亡リスクは上昇」、「インスリン治療群の場合は、HbA1c 6.4%(中央値)の死亡リスクが、HbA1c 10.5%(中央値)とほぼ同じ」

また、「糖尿病専門医はHbA1c7%未満で危険信号であるとしている」、「糖尿病外来では高血糖よりも低血糖が大切」

さらに、低血糖がひどくなると

「普段は温厚な人が急に怒り出す易

怒性や、徘徊などは認知症と間違われることが多い」というのも初めて知りました。

皆さんもよかつたら一読をおすすめします。

## 参考書籍



医歯薬出版株式会社

### 休診日のお知らせ

※日曜・祝日定休

2019年 9/14(土)、9/28(土)、10/19(土)

### 土曜日午後診療のお知らせ

～矯正治療～

2019年 9/21(土)  
10/26(土)

### 午後休診のお知らせ

2019年 9/7(土)、9/26(木)  
10/5(土)、10/24(木)  
※12時00分まで

予告なく変更する場合がございます。ご了承ください。

詳しくは院内掲示板、またはHPをご覧下さい。