

2001年9月15日発行
〒134-0088 東京都江戸川区西葛西1-15-9
tel. 03-3686-4657 fax. 03-3877-7771
e-mail. hoshiba@ain.co.jp
発行責任者 干場貴二

今回でこの「ほしば歯科医院ニュースレター」も12号になりました。そうです、ちょうど1年間発行してきたのです。わずかA4版の紙1枚ですが、毎月約3000字の文章を書くのは結構大変なことです。15日に発行してちょっとするともう原稿の締め切りが迫ってくるという感じでした。しかし、皆様にとって少しでも有益な情報が供給できるのであればと思い今回も頑張っています。

さて、このニュースレターの本当の目的は、こちらから一方的に情報を発信していくということではありません。ご意見や、個人的に紹介したいことなどがどんどん紙面を占領して双方向の情報ツールとして存在することです。皆様のご活躍ぶりをどんどん教えて下さいね。患者さんと歯科医師という関係でなく、患者さん同士のお付き合いが始まってくれることを祈っています。

これからも「ほしば歯科医院ニュースレター」をよろしく願いいたします。

ストレスと病気

現代社会はまさにストレス社会です。複雑な社会構造に加えまったくの不景気。小泉改革の成果がいつか出るにしても株価低迷、失業率5%と明るい話題を探すほうが大変です。先行きの見えない社会で生きていくことは本当にストレスがかかります。

さて、このストレス、何が怖いのかというと目に見えず正体不明であるということです。しかも、人間の体にとって最大の敵とも言われています。今回はこのストレスが引き起こす悪さを数例ご紹介します。

1 ストレスと免疫

ストレスがその人に存在することにより最も影響を受けるのは「免疫力(めんえきりょく)」と言われています。免疫とは自分を外界から守るシステムで、風邪をひいたりしても薬や注射もせず自然に治ったり、ケガをしても自然に治ってきたりする力のことです。このような自己防御作用が減少するのですから本当に怖いですね。

2 歯槽膿漏(しそうのうろう)とストレス

ストレスと歯科の関係で最も縁があるのが歯槽膿漏です。寝不足やストレスなどによって体調を崩すと真っ先に歯ぐきがうずいたり、膿(うみ)が出て来たり。

このような症状が起こる原因としては、元々慢性的な歯槽膿漏であったものが、免疫力の低下とともに一気に悪化するということです。これに加えて「ストレス解消」のつもりタバコや深酒はそれ自体免疫力の低下につながります。



3 顎関節症とストレス

このコーナーでも以前取り上げましたが、ストレスも顎関節症の原因の1つです。顎関節症の主な症状は、顎の痛み、音、そして口が開きづらくなること。中でもストレスによって痛みと開きづらさが出てくることが多いです。これは、ストレスによって生じる寝ている間の「歯ぎしり」が大きな誘因であると考えられています。

4 脱離(だつり)

前述のように、ストレスによって歯ぎしりが生じると、今まで入れていて何ともなかった金属や差し歯が取れてしまう(脱離)ということがよくあります。患者さんの中にはそれまでうまく使っておられたのに一気に4本ぐらい金属が取れてくる方がいます。また、ひどい時には自分の歯が割れることもあります。皆さんもご記憶にないですか？

5 笑いとストレス

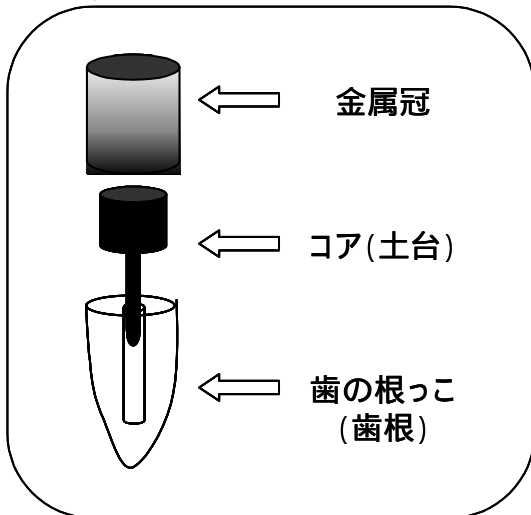
さて、ストレスによって落ちた免疫力、どのように回復したら良いのでしょうか。お薬?いやいやそんなもので治すよりも効果的なものがあります。それは「笑い」です。以前、ある大学の研究室でこんな実験をしました。対象者の血液から免疫力を測定しました。その後、落語をみんなで聞き、もう一度測

定しました。すると、見事全員の免疫力が大幅に向上していたのです。このような例はいくらでもあります。神経質で笑いが少ない人ほど病がちだったり。

今日のようなストレス社会が急に改善するわけではありません。しかし、「笑い」のある社会にしていきたいと思います。

金属冠の構造

いわゆる「歯の神経」の処置が終わったあとは、基本的には冠を入れていかなくてはなりません。この冠には白い歯やプラスチックのようなものもありますが、基本的には金属で出来ており、当院でも多くの方に装着しています。そこで、今回は、この金属冠を装着するまでの過程と構造について説明しましょう。



歯の神経の処置が終わるとまず、土台の型どりをしていきます。この土台のことをコアといいます。このコアは、以前歯の神経が入っていた歯の空間に沿って足を伸ばした状態になっています。材質は金属がほとんどですが、プラスチックで作ることもあります（当院では金属のみ）。奥歯でしたら歯の神経が入っている管状の空隙が2本、3本とありますが、前歯だと1本しかありません。

また、この土台を入れることによって虫歯によって歯の大部分がなくなったとしても、歯の根っこさえあれば元通りの形に回復することができるのです。この土台をセメントで歯と合着したら次の段階に進みます。

土台が入った状態で形を直していき、最後に入れる金属冠が入るスペースを作っていくのです。この時、タービン（水を出しながら削っていく器械）を使用するので、「キューン」という歯科医院独特の音が出るのです。もちろん、歯の神経はない訳ですから歯が痛んだり、しみたりすることはありません。ここが歯科医師の腕の見せ所なのです。削りすぎたり、形が不恰好になってしまうと出来あがる金

属冠がすぐ外れたり、逆に入らなくなる原因にもなります。

最後にこの歯の型を取ってその日は終了になります。

そして翌週、金属冠が出来あがってきます。このように、金属冠は2重構造なのです。その理由としては、歯に加わる大きな力が直接歯の根っこに伝わらないようにするためです。また、金属冠が消耗しても、歯に問題がなければ金属冠だけ再製すればよいというメリットもあります。

残念ながらコアから上が外れてしまうことがあります。歯の根っこだけしか残っていても驚かないで下さいね。多くの場合は元通り復元できますから。

ご意見はこちら

ほしは歯科医院へのご意見、ご感想、その他何でも受け付けております。どのような方法でも結構です。お気軽におっしゃってください。

電話 03-3686-4657

ファクス 03-3877-7771（院長直通）

e-mail hoshiba@ain.co.jp（干場）

tomogoto@ra2.so-net.ne.jp

（在宅診療部；五島）

編集後記

このニュースレターもついに12号。改めて季節の移り変わりを感じてしまいます。大雪の中来院していただいた患者さんに感謝の言葉を書いたこともありますし、暑さで倒れそうと書いたこともあります。こうやって考えると日本の四季はなかなかメリハリがありますね。来月号からはまた新たな気持ちで1年間ニュースレターを作っていきます。これからもよろしく願いいたします。

コラム

唇歯輔車（しんしほしゃ）

唇と歯、頬骨（輔）と下あごの骨（車）のように利害が密接で、互いに助け合わなければ成り立たない関係。ことわざの中には、よく（歯）の語句が使われているようです。