



HOSHIBA

医療法人社団星秀会

# ほしば歯科医院ニュースレター

Vol.69

今までにも何度か、季節の異常を冒頭で述べてきましたが、この冬の小雪・暖冬はこれまでの比ではないほどのものです。

1月、日本海側の新潟、輪島、金沢、米子など、例年なら一面の雪景色となる地域の7地点で「降雪なし」となっていました。例年の輪島なら約90㌢、金沢では約150㌢なので、今冬の雪の少なさは記録的です。北陸地方の1月の降雪量は、例年の3%に過ぎなかったのです。

各地のスキー場も悩まされたが、このままでは、自然界のシステムが受ける影響も少なくはないのです。例年なら山の雪が少しずつとけて、豊かな水を里や流域に供給するのだが、今年はそれが期待しにくいのです。冬の雪不足は、夏の水不足へとつながる可能性があるため、今まで以上の深刻な水不足に陥る危険性があるのです。

東京という比較的天候の変化に直接的には被害を受けることの少ない地域で生活している私ですが、これからは、想像を逸した経験をしてしまうかもしれません。

世界の科学者で構成される国連の「気候変動に関する政府間パネル」は先ごろ、気候システムに温暖化が起きていることに疑いの余地はないとしたうえで、人間活動による二酸化炭素などの排出がその原因であると断定しました。

日本だけでなく、ヨーロッパも雪が少なくロシアも暖冬なのです。どうやら地球は、現代人が体験したことのない温暖化時代に向かっているようです。

「クールビズ」という言葉が流行って、まるでイベントのように一時、温暖化防止のために何かをしようと日本中が盛り上がっていたようですが、「ウォームビズ」はそれほど盛り上がりませんでしたし、今では、「クールビズ」「ウォームビズ」という言葉を使う人はめったにいません。

でも、これではいけないのです。この冬の小雪。暖冬を、気候の危機の予兆として真剣に受け止めるなければならないのです。



## 摂食・嚥下障害



人が生きていく上で、『食べる』ことの重要性は周知の通りです。

生きていくために必要なエネルギーや栄養素を蓄えることは勿論、『噛む』という行為が脳を刺激し、見る、味わう、嗅ぐ、楽しむなどの五感を豊かにし、人間としてのせいかつに潤いをあたえます。



食べることに支障が生じた場合はどうしますか？歯が痛くて食べられなかったら歯科へ、食欲の低下の場合は、状況や原因により、消化器内科・外科や神経科を受診しますよね。

では、うまく食べ物を噛むことができず丸のみをする、コップ飲みができない、口唇をうまくとじることができずに食べ物がこぼれてしまうなどの場合はどうでしょう。障害をおもちの方や、脳卒中後の麻痺のある方、高齢の方などにこのような症状がみられます。

このような、飲み込みにくい、食事中にむせるなど、食べたり飲んだりすることが難しくなってきた状態を『摂食・嚥下障害』といいます。

『摂食・嚥下障害』が生じると、体重の減少や脱水症状に陥ってしまうことがあります。また、飲食物が食道ではなく気管のほうに落ちてしまうことにより、誤嚥性肺炎の危険性も高まります。



実は、この摂食・嚥下の指導・相談は我々歯科医師が行っているのです。

江戸川区では「江戸川区口腔保健センター」にて日本大学歯学部摂食機能療法講座の植田耕一郎教授と江戸川区歯科医師会の協力医が担当しています。ほしば歯科医院の院長もそのひとりです。

具体的な治療はその患者さんの状態により様々ですが少し紹介します。

全身の間接的訓練：食べ物を使わない基礎訓練・口腔以外に首・肩・背中・腰が硬くなっていることが多いので、それらの部分のリラックスのためのマッサージ

局所の間接訓練：食べ物を使わない基礎訓練。口唇、頬、舌のストレッチや口唇、舌筋力増強訓練。構音訓練。咬合訓練

直接訓練：食べ物を使用するの訓練・とろみ食を用いた飲み込み訓練

これ以外にも、患者さんを取り巻く人や、物に、食事をするのに有利な環境を整えるよう働きかけています。

経管、経鼻栄養だけ一口でいいから口から食べたいという重篤な方から、病気ではないのだが、食事に時間がかかり、今までより飲み込みづらくなってきて心配など、日常的な食事に少しでも問題があれば、センターの受診をお勧めします。気になることがあれば、私たちスタッフに一声かけてください。



## ご意見はこちら

ほしば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からお気軽におっしゃってください。

電話 03-3686-4657

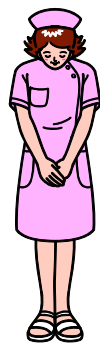
ファックス 03-3877-7771 (院長直通)

E-mail info@hoshiba.net

<http://www.hoshiba.net>



## お知らせ



現在、江戸川区歯科医師会で要職を務めさせていただいております。これも地域のため、皆様のためと信じ頑張っていきたいと思っています。ただ、会議が毎日のように入っており、診療時間を短縮する日が増えております。予約がなく、閉院時間近くにご来院される方は、ぜひ一度ご連絡ください。又、ご迷惑をおかけいたしますがしばらくの間、木曜日は休診とさせていただきます。

## 編集後記

昔は地方から東京に来た人は、人の多さや、車の多さ、建物などに驚いたそうだが、今は、その、歩く姿に驚くそうだ。みんなが、同じように無表情で、足早に過ぎていくというのだ。人間は、唯一、表情筋の発達した動物なのに、現代人は、ある部分では、退化してしまっているのかもしれない。

## 江戸川区口腔保健センター

〒134-0013 江戸川区江戸川 5-14-14

Tel : 03-5667-8020

摂食・嚥下障害診療日：月 2 回水曜日  
(要予約)

<http://www.edo.418.jp/2525>

## ほしば歯科医院ニュースレター 第 69 号

発行日 2007 年 2 月 16 日発行

〒134-0088 東京都江戸川区西葛西 1-13-7

tel. 03-3686-4657 fax. 03-3877-7771

e-mail. info@hoshiba.net

<http://www.hoshiba.net>

発行責任者 干場貫司