



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.71

『美しい国、日本』という安倍総理のスローガンを聞いたときに、「曖昧だけど、いいな。カタカナや英語の見た目にかっこいいものよりも、奥深いけれど、単純に、端的に、誰にでもわかる日本語だから」と思ったものです。

でも、皮肉なことに、信じられないような不正や、考えられないような事件や事故が後を絶ちません。

子供たち世代が自信と誇りをもてるような日本にしましょうと、働きかけているのに、このままでは、子供にまず教えなければならないことは『殺さない、盗まない、嘘をつかない』になってしまいそうだと、ある人が言っていました。学校の教室などに校訓として張られていた『明るく、元気に、助け合い』とか『清く、正しく、美しく』といった標語が『殺さない、盗まない、嘘をつかない』になってしまったら、悲しいことです。

人として、こんな人間になりましょうと教えていたことが、人としてこんなことはやめましょうと教えなければならないのでしょうか。

『美しい国、日本』が皮肉にならないような世の中になることを、切に願います。



ペットボトル症候群



以前に、血液サラサラにするためにも、1日2ℓの水分を摂りましょうという話をしました。私も毎日、氷水をいれた水筒を診療室に持参しています。

これから、気温や湿度の上昇に伴い、健康のためにと考えずとも、水分を多く摂る季節になります。

そこで、気をつけなければならないのが、『ペットボトル症候群』です。冷えた清涼飲料水

は、口当たりもよく、つい飲みすぎてしまいがちです。

しかし、清涼飲料水には、平均約10%の糖質が含まれています。1.5ℓのペットボトルの場合、100～150gになります。細いグラニュー糖のスティックで、30本以上、なかには、60本以上に相当する糖質が含まれている清涼飲料水もあります。食品の成分表示は、100gに対してどのくらいの成分が含まれているかが表示されているので、「このペットボトル1本に何本のスティックシュガーが含まれているのかな」と考えてみてください。

こうした、体内吸収の早い糖質を多量に摂取することにより、倦怠感や、のどの渇き、といった糖尿病と同様の症状になることがあるのです。これが、『ペットボトル症候群』です。歯科医師の見地からしても、それだけ多くの糖質が口腔内にあるというのは、あまり関心できません。

現在は健康志向の高まりで、無糖や人工甘味料を使った製品が増えていますが、反面、肥満や糖尿病予備軍といった危険因子を持つ人が増えていきますから注意しなければなりません。

のどの渇きは、身体が発するサインのひとつです。この場合は、水やお茶での水分補給をおすすめします。

だからといって、清涼飲料水が駄目というわけではありません。スポーツなどによる、筋肉の疲れの回復には、糖質が必要だし、発汗により失われたミネラルなどの補給には、「スポーツ飲料」といわれる清涼飲料水は即効性があります。

自分の体調や、状況に合わせた、バランスの取れた水分補給を心がけましょう。



✦ インプラントは夢の治療？ ✦

「先生、インプラントってどうなんですか？」と聞かれることが、度々あります。確かに、『夢の歯科治療、インプラント』とか『最先端の歯科治療』といった見出しの記事やTV番組をよく目にしますから、患者さんが興味を持つのは最もですよね。

インプラントとは、天然の歯根の代わりに人工の歯根（インプラント体）を、あごの骨（歯槽骨）に埋め込み、その土台の上に人工の歯（歯冠）を取り付ける手術のことをいいます。義歯よりも、強い負荷に耐えられることや、着脱のわずらわしさが少ないことなどから、『夢の治療』といわれるのかもしれませんが。

欠点は、手術というリスクを背負って行う、治療ですが、どんな患者さんにも適用できる治療方法ではないのです。患者さんの骨の状態、全身状態、生活習慣など、適応条件が限られているのです。また、健康な骨に異物を埋め込むのですから、身体の拒否反応が起こり上手くいかなかった場合、身体の受けるダメージは大きなものになります。また、治療期間も数ヶ月から1年以上かかり、金額も保険適応外なので高額になります。

インプラントに限らず『最先端の治療方法』イコール『最高の治療方法』ではないのです。

ですから、ほしは歯科医院では、インプラントをすすめることは、まず、ありません。現在の義歯は素材も見た目もかなり

発展し、装着後の細かな調整によって、違和感なども、ずいぶん軽減されてきています。ものを噛んだり、言葉を発したりなど、歯がもつ役割は、義歯の装着で十分に補えると思います。私は、インプラントは治療法のひとつではあると思いますが、リスクを考えると『夢の治療方法』ではないと思います。



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）

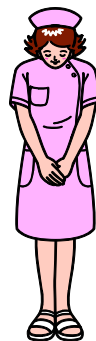
E-mail info@hoshiba.net

<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。



編集後記

飲食業をしている知人が、「昔は外食は特別なことだったから、みんな残さず食べれる量をたのんでくれたのに、今は、とりあえず頼んで、食べ切れなければ残せばいいよという親が多い。売り上げが上がるのはいいのだけれど、何か違う気がする」と嘆いていました。確かに、子供が、食べ物を残すのは当たり前と覚えてしまうことは、決してよいことではありませんよね。

ほしは歯科医院ニュースレター 第71号

発行日 2007年6月18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