

歯つらつ

2016年9月

246号

～発行所～

齋藤歯科診療所
由利本荘市美倉町 47-1
フシノヨハニ

0120-24-4182

FAX 0184-24-1440

www.saitoshika.net

～ 診療時間 ～

曜日:月曜日～土曜日
時間:午前 9:00～1:00
午後 2:00～6:00

～ 休診日 ～

日曜・祝日
第2・4木曜日

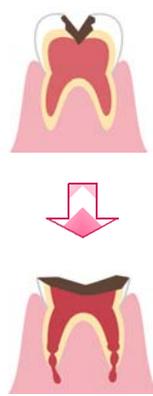
今回は根管治療（歯の神経の治療）についてお話しします。

通常「歯の治療」といえば真っ先に思い浮かぶのが虫歯だと思えます。悪くなった所を削って詰めたり、被せたりと主に歯の頭（歯冠）の部分を考えますが、今回の話の中心になるのは歯冠ではなく、歯の根の中です。

歯冠を含む「歯」の中に「歯髄」と呼ばれる神経や血管を含む組織があります。虫歯や外傷によって歯髄が感染したり壊死（組織や細胞が死ぬこと）したりしてしまうと、歯髄を取り除く治療が必要になります。これが根管治療です。更に一度根管治療を行っても、再度感染してしまっ

根管治療 シリーズ1

たり、感染源が残っていたりする場合に再根管治療が必要となります。では、どんな症状があるとき根管治療が必要となるのでしょうか？



一つ目は「歯髄炎」です。虫歯が進行して歯髄まで達してしまうと歯髄が炎症を起します。この時炎症の程度が軽く、正常な状態に回復する場合は根管治療の必要はありませんが、回復が見込まれない場合はいわゆる「神経を抜く」という治療が必要になります。

実際の症状としては冷たいものや温かいものがしみる、黙っていてもズキズキとした痛みを感じる場合などです。

二つ目は「歯髄壊死」です。歯髄炎を放置しておくくと歯髄が死んでしまい、温度刺激による痛みを感じなくなります。また虫歯だけでなく、ぶついたりした場合なども歯髄壊死を起すことがあります。

症状としては歯冠の色が黒っぽく変色してきたり、治療をしていないのに以前しみていた歯がしみなくなったなどです。

三つ目は「根尖性歯周炎」です。炎症が骨にまで進行するとレントゲン上で根尖部（根の先）に黒い透過像が見られるようになり、根尖病変と呼

休診日のお知らせ

日	月	火	水	木	金	土
9月				1	2	3
4 休診	5	6	7	8 休診	9	10
11 休診	12	13	14	15	16	17
18 休診	19 休診	20	21 休診	22 休診	23	24
25 休診	26	27	28	29	30	

9月の休診日は右記の通りです。患者様にはご迷惑をお掛けしますが、よろしくお願ひ致します。

ばれるようになります。

これは一度根管治療を行ってもできることがあり、むしろ自然にできるよりも頻度が高いことが調査から明らかになっています。噛むと痛い、歯茎の根元付近から膿が出たりすることもあります。

もしもこういった症状がありましたらスタッフにお声かけ下さい。 — 後藤 —

ある日のスタッフ

今月は歯科衛生士の長谷山真理子です。

子ども達が小さい頃は、長い休みなどを利用してドライブがてらよく出かけていました。

しかし、最近では子ども達も成人し、休みも合わず、すっかり遠出をしなくなってしまいました。

ひとりでドライブに行くことも割と好きなので、この夏が終

わる前にどこかに出かけてみようと思いついた所が、山形県に加茂水族館でした。

リニユールしてから、ずっと行きたいと思っていましたが、なかなか行けないでいました。

夏休み中ということもあって家族連れで大変混雑していましたが、何とか見て回ることができて良かったです。

また、楽しみにしていたアシカショーを二回も見ることができ感動しました。

加茂水族館といえばクラゲが

有名です。しかし、今回は残念ながら見物人が多く水槽の近くでゆっくりと見る事が出来ませんでした。また時間を見つけに来ようと思います。

暑い日でしたが、水槽の中の魚達に涼しさと「癒やし」をもらいました。皆様もいかがでしょうか。



食育⑤ 老年期

前々号に続き、食育についてライフステージ別にお話致します。最後となるシリーズ5は、老年期です。

◎老年期の生活背景

- ・身体機能が低下し、認知症の進行や低栄養、虚弱が発現することがある
- ・定年退職することで、人間関係や生活の張り、欲求を失うことにつながりやすい
- ・配偶者との死別などにより、

一人暮らしの高齢者は人と話をする機会が減る

・全身疾患への罹患が増え、薬の副作用が懸念される

以上の生活背景より、口腔機能の低下、噛めない食品の増加などへの対応が必要です。

☆ ☆

高齢者の二割は低栄養といわれ、特にタンパク質など身体をつくる基となる栄養素が足りない場合が多いです。

タンパク質が不足すると、血管内の浸透圧が低下することで

血管内の水分が減少し、脱水となったり、筋力の低下により転倒が起りやすくなり、骨折や寝たきり状態になる可能性が高くなります。

タンパク質の多い食材は、肉類、魚・魚介類や豆腐などの大豆製品です。



タンパク質を積極的に口から食べ身体を動かすことで、体力や筋肉の低下を防ぎましょう。

また、身体機能の低下と伴に飲み込む筋肉も低下します。むせや

唾液分泌低下も考慮し、食形態への配慮が必要です。

唾液が少ないと食塊ができにくいので、片栗粉などでとろみを付けると飲み込みやすいです。刻み食は咬まなくて良いので食べやすいですが、飲み込みが上手くない場合がありま

すので、誤嚥に注意しなくてはなりません。さらに、塩味等の閾値が上がり味を感じにくい場合は、ダシを多くしたり、酸味やコショウなどのスパイスで味を付けると良いといわれています。



低栄養下においては体重減少を起し、顎が痩せて義歯の不適合なども懸念されます。

ご自身の口腔内に合う義歯を装着し、口から食べられるよう定期検診定期処置を心がけましょう。