

歯つらつ

2017年4月

253号

～発行所～

齋藤歯科診療所
由利本荘市美倉町 47-1

フシノヨイハニ

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

今回は義歯の破損について
お話しします。

一口に「破損」といっても
義歯は様々な壊れ方をします。
部分床義歯の構成パーツである
クラスプ（バネ）が曲がる
・折れる、総義歯のピンク色
の床にひびが入って割れる、
人工歯が取れる・欠けるなど
多岐に渡ります。

また、頑丈にできた金属フ
レームを持つ義歯でさえも、
力が加わることで曲がってし
まうことがあります。なぜで
しょうか？

義歯の破損の原因として考
えられることの多くは、義歯
に対して過度な力が掛かって
しまうことにあるようです。
①義歯の一番の目的である
「食べる」時、例えば硬いお

義歯シリーズ1 破損

煎餅やピーナッツなどを噛む
際にはかなりの力が掛かるこ
とが予想されます。

②また義歯の取り扱いに慣れ
てくると、口の中に入れると
同時に噛んで装着される方が
多くいらつしやいます。



③他にも気を付けているつも
りでも義歯の洗浄の際、強く
握ってしまったら、誤って床
に落としてしまい変形させて
しまうこともよくあります。

義歯をお使いの皆様にも一
度や二度心当たりのある方が
いらつしやるかもしれません。
こういった日常の中で義歯の
破損が起こってしまうのです。

ですから前述したような事
柄に気を付けることで義歯の
破損を減らすことができます。

硬めのお煎餅は予め割って
から食べる、義歯の装着（外
すときも）はしっかりと指で行
う、洗浄するときは落として
も大丈夫なように、洗面器な
どに水を張ってからその上で
洗う、などちょっとした対策
をしてみてください。

加えて、口の中は日々変化
します。歯を失った顎の骨は
次第に痩せていきます。義歯
もまた毎日使うことで少しづ
つ劣化していきます。

休診日のお知らせ

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

4月の休診日は右記の通
りです。通常、第4木曜日
は休診ですが、今月のみ診
療致します。患者様にはご
迷惑をお掛けしますが、よ
ろしくお願い致します。

顎も義歯もお互いに変化し
ていきますので、その都度調
整していくことが大切です。
定期的に歯科医院でチェッ
クを受け、トラブルが大き
くならないよう最小限の手直
しで済ませられるようにして
いきたいものです。

— 後藤 —

ある日のスタッフ

今月は歯科衛生士の小野恵子です。

最近、長男が数字や平仮名に興味を持ち始め、一緒に勉強しています。

本屋でドリルや絵本など良さそうな教材を買ってやらせているのですが、なかなか覚えられません。

おかあさんおしえてーと言われ、何度も何度も同じ事を教え

ています。前にも同じ事を言っているのに覚えが悪いのかなあと思ってしまうたり、つい強い口調で教えてしまう事が多くあ



ります。

しかし、ふと我にかえり、長男の覚えが悪いのではなく、私の教え方が悪かったのだと気付きました。押しつけるように、調教するように言ってしまったな…と反省しました。

一生懸命、夢中になっていると自分の姿が見えなく目の前の見えるものしか見えなくなりま

はないことに気付いて頂くことが大切です。

身体的だけではなく、精神的、心理的、社会的なフレイルを改善することで、要介護状態の予防につながります。

また、口腔機能を維持、向上させていくことで食べられるものが増え、食欲が低下することを抑え、更に意識やコミュニケーションの向上も図られることで、認知機能低下を防ぐことが出来るのです。

フレイルの予防には、セルフケアや地域が一体となるケアから始めることが重要であるということでした。

しかし、歯科はかかりつけの場合が多く、生涯にわたって食べる機能の診断と治療を行っているので、オーラルフレイルにいち早く気付き、対応できる強みがあることもよく分かりました。

皆様も食べることに関する些細な不具合を感じたら、お早めにご相談下さい。

口腔ケア研修会

3月初旬、口腔ケア研修会に参加してきました。

テーマは「加齢に伴う生活機能低下への歯科的介入について」です。

近年、歯や口腔機能の低下に起因する食欲低下や食事摂取低下が低栄養を引き起こす「オーラルフレイル」という概念が認識されつつあります。

オーラルフレイルは口腔機能

の軽微な低下や衰えを指すもので、放置するとサルコペニア（筋肉量の低下）を招き、口腔機能障害に至り、要介護状態に陥る原因の一つとなっております。

まず、①体重減少、②疲れやすさの自覚、③日常での活動量の低下、④歩行速度の低下、⑤筋力の低下の以上の項目にどれだけ該当するかで、ストレスに対する脆弱性が亢進しているフレイルの状態であるかを確認し

