

歯つらつ

2020年7月
292号

～発行所～
齋藤歯科診療所
由利本荘市美倉町
47-1

TEL 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

舌がんについて

昨年、タレントの堀ちえみさんがステージ4の舌がんに公表され、大きなニュースとなりました。そこで今回は舌がんについて書いていきたいと思えます。

口腔内も他の身体の部位と同じようにがんができます。口腔領域のがんの発生は毎年8千人程度のもので、これは全体のがん発生のうちの1～2%に相当します。口腔がんのうち4～6割が舌がんです。舌の他にも歯肉（歯茎）、口蓋（上あご）、などにもがんの発生が見られます。舌がんの多くは、扁平上皮細胞（へんぺいじょうひさいぼう）という、舌の表面を覆う細胞から発生します。発生の主な原因は過度の飲酒や喫煙の影響が言われていますが

その他にも、不適合な修復物、補綴物（義歯を含む）や虫歯が進行したため壊れて尖った歯質など、「歯」を主体とした慢性的な刺激も充分がんを発生させる原因となります。今回のトピックである舌がんの出来やすい部分は舌の両脇のところですが、その形やタイプは様々2つです。

1 つめは「白斑型」で、まだらに白くなりただれたようになります。特に痛む等の自覚症状はありません。



2 つめは「潰瘍型」で、舌の表面が穴のように深くえぐれて、痛みや出血を伴います。この他にも舌の表面が盛り上がる

つて「できもの」のようになつたものや、粘膜が剥がれた「びらん」という状態のものが見られます。



これと似たような症状で、いわゆる「口内炎（アフタ性口内炎）」というものがあります。体調の変化やストレス、辛いものを好んで食べたりすることでできるもので、食べ物がしみたりすることがありますが通常は2週間ほどで自然に治癒します。

これに対し舌がんの場合は症状が消失することなくただ残りが残り、舌の動きの違和感や舌の痺れ、あるいはしこりが出てくることもあります。

堀さんのニュースが報じら

休診日のお知らせ

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5 休診	6	7	8	9 休診	10	11
12 休診	13	14	15	16	17	18
19 休診	20	21	22	23 休診	24 休診	25
26 休診	27	28	29	30	31	

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、よろしくお願い致します。

れた後しばらくの間、ご自身の舌の状態が気になり来院された方が多くいらっしゃいました。幸いにもほとんどの方に問題はありませんが、それでも定期検診で舌だけでなく頬粘膜付近に白斑型の所見があり、精密検査をお勧めした方もいらっしゃいました。少しでも不安がある方は来院時に是非お話をしてください。

— 後藤 —

オクルーザルスプリント

今回は、オクルーザルスプリントについてお話をさせていただきます。

オクルーザルスプリントは、口が開きにくい、顎が痛い等の症状がある顎関節症の治療に用いられる装置です。また、顎関節症治療の他にも、歯の咬耗の防止、動揺する歯の固定、ブラキシズム（歯ぎしりや食いしばり）の防止といった目的で使用されることもあります。

主の上の歯（下の歯の場合もあります）を覆って装着するように作られます。歯科医院では歯科



医師の診断後、上下の型どりをし、個人に合った物を作りまします。ドラッグストア等で売っている既製品は、誰にでも合うように作られており、ご自身で調整等をするため、安易に使用す

ると症状を悪化させてしまう場合があります。そのため、歯科医院で自分に合った物を作ることが望ましいと思います。

歯科医院で作られたオクルーザルスプリントを使用することで上下の顎の距離が適正な状態に保たれ、咀嚼筋の過度な緊張が緩和されることにより、顎関節症の様々な症状の改善につながります。

予防的に用いるのであれば、夜間のみでの使用でもかまいませんが、装着時間が長いほど効果がありますので、症状の強い方は、可能な限り日中も使用することを勧めします。装着後すぐには慣れないと思いますが、継続して使用することが大事です。

ただし、使用中に違和感や不具合があるようであれば、症状の悪化や咬み合わせの違和感につながる可能性があります。調整が必要となります。

オクルーザルスプリントを使用してみたい方や気になることがある方は、当院スタッフにお声がけください。

— 草刈 —

ある日のスタッフ

新型コロナウイルスが流行し、薬局やドラッグストア、スーパー等からマスクが姿を消しました。初めのうちは「間もなく出てくるだろう」と簡単に考えていましたが、テレビでマスク不足のニュースを見るようになり、一時的な問題ではないなと思うようになりました。

いろいろな形のマスクがありますが、自分で作らなければならぬとなった時、不器用な私が作れるのか、とても不安でした。そうこうしているうちに、店からはガーゼやゴムひもが姿を消していました。

自宅にあった布やガーゼを探し出し、インターネットでマスクの型紙をダウンロードし、手作りマスクにチャレンジしてみました。布やガーゼに型を書き、切り取った後に重ね合わせてみました。何故かサイズが違ってしまいました。それでも「何とかかなるかな？無理かな？」と思いながら、とりあえず縫ってみることにしました。残念ながらミシンのない我が

家です。自分がミシンになつたつもりでこまかく縫ってみました。手先が器用ではないので不細工なものとなりましたが、自分で作ったものには愛着を感じますので、これからも使っていきたいと思えます。



家族の分については、義母が私の分も含めて作ってくれたので、ありがたく使わせてもらうこととし、私のマスク作りはたった1個で終了となりました。

今回の出来事で今までであるのが当たり前であった物が無くなつて、初めてありがたみを感じました。マスクをスーパーや薬局で見かけるようになりましたが、何事にも感謝しながら生活をしてきたいと思えます。

— 横山 —