



# ハハハ Press

【第7号】  
2012年1月



## 歯科治療と糖尿病

めぐみ歯科クリニック行橋 歯科医師

竹内純



インスリンの働きが悪くなり、ブドウ糖が細胞に取り込まれない為に、血液中のブドウ糖の濃度(血糖値)が高くなり、その状態が続くのが糖尿病です。

では、**歯科治療とどう関連があるのでしょうか?**

糖尿病で、なり易い歯科疾患をあげますと、

### 虫歯

唾液中のグルコース濃度の上昇等により虫歯が多発し易くなります

### 歯周病

白血球の能力低下により感染し易く、細菌が繁殖し易い為歯周病になり易く、かつ進行が早くなります(易感染性)

### その他 炎症性疾患

右記と同じ理由により口腔内の炎症性の疾患を引き起こし易く、進行も早く治りにくくなります

また、糖尿病患者は少しの侵襲(歯科治療)でも高血糖や

低血糖状態に陥り昏睡状態になる可能性があります。

治療の予約は低血糖予防の為、空腹時は避ける

様にします。

コントロールの良否を知ることは必要で、特に

HbA1cの値は重要です。血中のブドウ糖は赤血球の

ヘモグロビンと結合されグリコヘモグロビンが生成

され、その割合を調べる検査です。最近1〜2ヶ月の

状態がわかり、基準値は4.3〜5.8%です。

HbA1c値が6.5%未満であれば一般の歯科治療は可能

ですが、8.0%以上であれば可能な限りコントロール

してからの無難(治療不可)であるといえます。

糖尿病の合併症も重要ですので、コントロールに

努めて頂きたいと思えます。

お好みのハーブティーを飲んでリラックスしてみたいはかがですか? 治療前でも大丈夫です。各クリニックの待合室に置いてあります。是非試してみてください。



## スイートドリームティー

ニュージーランドを代表する天然素材にこだわったハーブティーです。

レモンバーベナ等からなる癒し系ハーブがブレンドされています。おやすみ前の一杯として理想的なハーブの配合で仕上げました。常習性はありません。

(カフェインゼロ)

原材料名 | カモミールの花/ペパーミントの葉/レモンバーム/パッションフラワー/レモンバーベナ/パレリアンの根/ステビアの葉

45g (25袋) ¥1,050 (税込)

Red Seal社のハーブティー

良質のハーブのみを使用し、環境に配慮した無漂白のティーバックを加熱使用し、アルミニウムのホッチキスや糊は未使用です。



この製品は、ニュージーランドレッドシール社(創立1923年)の製品です。

注意: 妊娠中の方、授乳中の方、ベンゾジアゼピン類等の鎮痛剤の薬物療法を行っている方へはおすすめしていません。薬を服用あるいは通院中の方は、医師とご相談の上、お飲み下さい。

## わたしの エネルギー 源



新小文字歯科クリニック  
受付 永嶺 愛美

皆様は、好きなことや趣味は沢山ありますか？  
それを行っている時は楽しいですか。私はとっても  
楽しいですよ。時間を忘れて遊んだり、もちろん  
ストレス発散や気分転換になったりし元気が出ます。  
例えば、私は音楽やドライブや旅行、友人と遊ぶ  
こと等様々あります。

最近、友人と遊んだ時に子どもを連れて来て  
いて、抱っこをする等してとても癒されました。  
赤ちゃんの癒し顔には思わず顔がほころびますよね。  
先日は少し遠出をして、ショッピングに出掛けて、  
好みの物を購入できた時の喜びは格別でした。  
そうすると自分のエネルギーとなり、次の日の勤務も  
頑張ろうと思います。たまには、時間を費やして、  
好きなことに没頭してみるのめいかかですか？  
きっと、活き活きとした日が送れるのではと  
思います。ご自分の歯とともに、楽しい毎日を  
お過ごしください。

## 季節の便り



季節の花『福寿草』  
1月1日の誕生花。  
花言葉は  
「永久の幸福  
幸福を招く  
祝福」等

【今回のテーマ】  
手足のケア

この季節、しもやけやあかぎれで  
手が痛くなつて困ってしまう方も多いのではないのでしょうか？  
冷えや血行不良が原因とされ、  
冷たさに、さらされがちな手足に症状が出やすいのです。  
手袋や厚手の靴下で手足を温めたり、さらにマッサージして  
血行を良くしたりすることが予防に繋がります。  
また、油、種実類、魚卵に多く含まれるビタミンEを  
体に取り入れると良いといわれています。



## 人と犬の 歯・歯・歯？



和白歯科クリニック  
歯科助手 渡 麻希

先日、我が家の愛犬が心なしか元気がない様だったので「どこか痛い？きつい？」と聞いてももちろん答えてくれる訳もなく、様子を見てみると、大食いの愛犬の食欲がないことに気が付いた。口の中を見ると、歯石は付着し、歯肉も腫れ、歯も動いていた。「気が付かなくてごめんね!!」と言いながら、早速動物病院に連れて行き、数日後に全身麻酔をして歯石除去をすることになった。半日預け帰って来た愛犬は、見事にきれいになり、口臭も腫れもすっかりなくなっていた。残念ながら、動いていた歯3本は抜かれた為、その歯を翌日に愛犬と一緒に家にある桜の木の下に埋めた。『何年後か「ここ掘れワンワン!」と鳴いて金貨が出てきます様に』と思いを込めた。その後は、元気も戻り、食べっぶりも元通り。ご飯の時間になると走ってくる愛犬を見ると嬉しくなる。「もう痛い思いはさせないからね!」と自分と愛犬のケアに一層力が入る今日この頃。元気でいる為には、まずお口から。おいしいご飯にも、健康にも、歯、歯、歯が大切です。

皆様こんにちは。私はポストンテクニカルにて歯科技工士として働かせて頂いています。先日仕事に、右手の中指を五針縫う怪我をいたしました。



ポストンテクニカル  
歯科技工士 石橋 英治

利き腕だったこともあり包帯ぐるぐるの状態で何をすることも不便で仕方がありません。病院で一週間は安静にと言われましたが、納期の迫った仕事を抱えており、どうしても非常に申し訳なく思いながらも皆に分担して手伝ってもらい、乗り切ることができました。いつも普通に行っている、字を書くことや洗い物をするので「やっ」とくから、じつととき』の言葉に甘えさせて頂き感謝の気持ち一杯です。今回の件で、健康であること、ありがたさを痛感し、怪我や健康管理に対し、今まで以上に気を付ける様になると同時に、自分は一人で生きているのではなく沢山の人に支えられながら日常生活を送っているのだと改めて認識させられました。急に冷える様になり、体調を崩し易い気候になりましたが、健康に気を付け今年も仕事に励もうと思います。

健康な  
毎日を



VOL.7 技工士

## 歯垢とは？



めぐみ歯科クリニック 水巻  
歯科衛生士 安部 百合子

歯垢とは…いったい何でしょうか？  
「歯の垢」と書きますが、歯から出る垢ではありません。食べ物のカスでもありません。口の中にいる菌です。どなたの口の中にも住みついた菌は、食べ物や飲み物の栄養分を基に増殖します。歯垢が着いた歯の表面はだんだんと溶けて穴があきます。これが虫歯です。歯の根元に着いた歯垢は、歯と歯茎の境の溝の中で増殖し、歯のまわりの骨に悪影響を及ぼします。これが

歯周病です。歯垢は、歯ブラシや歯間ブラシの「動き」によってのみ取れると言われています。(歯みがき粉や洗口液が歯垢の表面に付いて根こそぎ分解、全滅…ということはありません。歯垢を取れ易くしたり、歯を強くしたりと補助的なものとして有効です。「主役は歯ブラシ」…ただし、歯ブラシ等で完璧に磨いても、歯は、ミクロのものなので、わずかに残ったものが、再び飲食後に増殖します。歯垢は歯がある限り一生口の中におり、全滅することはないと言われております。歯は、365日24時間休みなく、容赦なく増殖します。口の中の状態は十人十色…その状態にあった効率の良い磨き方を当クリニックではご提案させて頂いています。自分の歯を守る為に一生よく磨くことを続けていきましょう。

医療法人恵祐会

## ハハハの会 入会のご案内

地域の皆様に歯科情報を多く発信いたします

(年会費1,000円)

ラテリエの歯ブラシを3本差し上げます。

### 会員特典

- 1 定期的会報の送付
- 2 口腔ケア商品のクーポン送付
- 3 ホワイトニングなどのクーポン送付
- 4 その他、定期的にキャンペーン等も企画しております。

## クイズ

こたつにみかんといえば、冬の定番ですが、このみかん、沢山食べると手が黄色くなってしまいがちですね。それはみかんの中の〇〇〇〇に含まれる色素が皮膚に沈着するからだそうです。さて〇〇〇〇とは次のうちどれでしょう？

- 【1】カロリン
- 【2】キラリン
- 【3】カロチン



※(クイズの答え)は、本頁の下部分へ

## お花のおはなし

〈縁起のいいお花?〉

福を招く縁起の良い花として喜ばれ、別名「元日草 (がらんじつそう)」と呼ばれる「福寿草」は新年を祝う花として愛されています。

### 編集後記

ハハハ Pressもお陰様で創刊1周年を迎えました。2012年も皆様に喜んで頂ける紙面をお届けできる様に一層精進して参ります。皆様におかれましても、健やかで素敵な一年でありますように。本年も、よろしくお願い致します。

### しんまち歯科クリニック

北九州市小倉南区田原新町2-4-16  
TEL : (093) 475-3830

### かんだ歯科クリニック

京都郡苅田町富久町1-2-1  
TEL : (093) 435-1033

### めぐみ歯科クリニック八幡

北九州市八幡西区中の原2-19-3  
TEL : (093) 613-0418

### めぐみ歯科クリニック行橋 口腔外科インプラントセンター

行橋市道場寺1409-5  
TEL : (0930) 25-0012

### めぐみ歯科クリニック水巻 福岡新水巻インプラントセンター

遠賀郡水巻町立屋敷1-14-5  
TEL : (093) 203-1888

### 和白歯科クリニック 和白口腔外科インプラントセンター

福岡市東区和白丘2-2-35  
TEL : (092) 605-8311

### ハートフル歯科クリニック

行橋市大橋3-1-28  
TEL : (0930) 26-4618

### 新小文字歯科クリニック 新小文字インプラントセンター

北九州市門司区大里新町3-8  
TEL : (093) 372-3939



医療法人 恵祐会

北九州市小倉南区田原3-2-24  
TEL : (093) 474-8616

http://www.keiyukai.gr.jp/  
くそくろい ぐそくのどろく

