

Winter  
2024 vol. 59

# Medicine for osteoporosis and Osteonecrosis of the jaw

## 骨粗鬆症治療薬と顎骨壊死

めぐみ歯科クリニック(水巻)  
インプラント部門  
担当歯科医師

Tateishi  
立石 康一郎  
Koichiro



最近、医科で骨粗鬆症の治療薬を開始する前に歯科を紹介していただいています。これは骨粗鬆症の治療薬の使用者の一部で顎骨壊死を起こすことがあり、そのリスクを減らすために行なわれるものです。

骨は骨芽細胞でつくり、破骨細胞に壊されて、1年で20%の骨が新しく置き換わります(リモデリング)。通常は骨の形成と吸収のバランスが保たれていますが、骨吸収が上回ると骨量が減少して、骨粗鬆症となり骨折を起こし易くなります。特に閉経後の女性は骨の吸収を抑制するエストロゲンの減少、加齢、運動不足などにより骨粗鬆症になりやすくなります。

日本には1000万人以上の骨粗鬆症患者がいると言われ、20年程前からビスホスホネート系骨吸収抑制薬を使用している人の一部で歯を抜いた後の治りが悪く、骨が腐ってボロボロとれてくる顎骨壊死がみられるようになりました。その後新たに開発された薬でも同様の症状が生じ薬剤関連顎骨壊死(MRONJ)と呼ばれるようになりました。



### 薬剤関連顎骨壊死(MRONJ)を引き起こす薬剤

※( )内は商品名

#### 1.骨吸収抑制薬

##### ビスホスホネート系製剤

- 経口薬 アレンドロン酸(フォサマック、ボナロン)  
リゼドロン酸(アクトネル、ベネット)
- 注射薬 ソレドロン酸(ゾメタ)、パミドロン酸(アレディア)

デノスマブ製剤(ランマーク皮下注射、プラリア皮下注射)

#### 2.血管新生阻害薬 スニチニブ(スーテント)

ペバシズマブ(アバステン)

#### 3.骨形成促進薬 ロマンズマブ(イベニティ皮下注射)

これらの薬剤は骨粗鬆症の進行を抑え、骨折による寝たきりを予防し健康寿命を伸ばす優れた薬ですが、開始する前に、歯周病治療、保存不可能な歯の抜歯をしておかないと顎骨壊死のリスクが高くなるため医科では歯科受診を勧めます。薬剤開始後は歯周病や虫歯の進行により抜歯をしなくてすむように口腔管理が重要になります。また糖尿病、抗がん剤治療、ステロイド製剤を使用している患者さんでは顎骨壊死のリスクが高くなるため特に注意が必要です。これらの薬を使用中に抜歯が必要になった場合、以前は薬を数か月休薬していましたが、休薬しても顎骨壊死のリスクは変わらず、骨折のリスクが高まるということで今では休薬せず抜歯しています。大事なのは歯を抜かなくてすむよう、日頃のブラッシングと定期的な歯科検診を受けることです。

# In order not to regret for dental whitening

## ホワイトニングで後悔しないために



めぐみ歯科クリニック(行橋)  
院長

Okamoto  
岡本 愛彦  
Yoshihiko

歯のホワイトニングは、歯の表面に付着した色素や汚れを除去し、歯を漂白して白く美しく見せる歯科治療です。しかし、中には折角したホワイトニングで後悔をする人もいます。「歯がしみて痛い・歯ぐきが痛い」という痛みに対する後悔、「白くならなかった・ムラができた」という効果に対する後悔、「すぐに後戻りした・白さが続かない」という期間に対する後悔が多く挙げられます。しかし、これらは歯医者で適切なホワイトニングをすれば、後悔しなくて済んだかもしれません。ホワイトニングで後悔しないために、ホワイトニングの基礎知識を身に付けましょう。

### ホワイトニングの基礎知識

歯医者のホワイトニングで使用する過酸化水素(尿素)は、歯に浸透することでエナメル質に吸着した着色汚れを透明化する働きを持っています。さらにこの成分は、付着した汚れだけではなく歯の色素も分解して白くする明確な漂白効果があるため、歯を白くすることが出来ます。また、浸透したホワイトニング剤は、歯の表面の形状を角状から球状に変えると言われていて、これをマスキング効果と言い、透明なエナメル質をすりガラスのように光を乱反射させることで、歯を白く見せる事ができます。これに対して市販のホワイトニングや歯医者以外でのホワイトニングは、酸や研磨剤の働きにより歯についた汚れを落とすことで歯を白くします。

なので、歯自体はキレイになりますが、本来の色以上には白くなりません。

### ホワイトニングのデメリット

- ① 歯が過敏になる
- ② 虫歯の痛みがひどくなる
- ③ 歯ぐきの腫れ
- ④ 効果に限りがあるなどです。

これらを防ぐためにも、ホワイトニングを希望される方は、予め歯のクリーニングで歯石や汚れを取り、歯周病菌の数をコントロールし、歯ぐきが落ち着いた状態で処置を行う必要があります。また、ホワイトニングの効果は個人差があり、持続期間も様々ですが、一般的には自宅で行うホームホワイトニングで6~12ヶ月ほど効果が保たれることが多いです。当法人では、研磨剤の入っていない歯磨き粉(後ろのページに詳しい解説あります)や従来より高品質で安心の国産ホワイトニング材を用意しております。せっかくのホワイトニングで後悔しないためにも是非一度お気軽にご相談ください。



# 食事を楽しむための咬合力



ハートフル歯科クリニック

歯科衛生士 井上 恵美  
いのうえ めぐみ

こんにちは。ハートフル歯科クリニック歯科衛生士の井上です。  
皆さん、毎日よく咬んで食事ができていますか？人間が日常的に食事をする時の咬合力(咬む力)は、男性で60kg、女性で40kgぐらいあるそうです。しかし、奥歯が1本でも抜けると咬合力は半減してしまうと言われています。歯が抜けたままになっていたり、根っこだけになっている歯がある方は早めに受診して、歯の無い部分を補強しましょう。

抜けた歯の補強には以下の方法があります。



ブリッジ

インプラント

義歯

残っている歯やお口の中の状態により方法も異なりますので、  
受診した際にお気軽にご相談ください。

また、歯が抜けただけでなく歯周病で歯がグラグラしていたり、むし歯で歯の形が変わる事でも咬合力が低下してしまいます。十分に咬むことができないことで歯ごたえのある食べ物を避け、柔らかいものばかり食べるようになると、栄養のバランスが崩れて全身の健康に影響を及ぼすことにも繋がります。健康寿命を延ばして食事を楽しむためにも、正しい歯磨きでの予防と、歯科での定期健診や歯のクリーニング、早めに治療をすることをお勧めします。



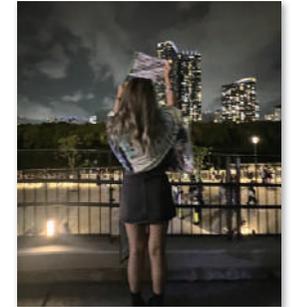
## 旦那しか勝たん

こんにちは!!ハートフル歯科クリニックで歯科助手をしている村里紗南です。今日は旦那(推し)への愛の強さを皆様に伝えたいと思います。まず旦那の名前は、THE RAMPAGE from EXILE TRIBEのボーカル、吉野北人です!!北ちゃんの好きな所は、顔はもちろん!!声も最高なんです↑↑そんな旦那に会いにLIVEをたくさん行ったり、東京や新潟など他県まで飛んで行っちゃうんです!!



ハートフル歯科クリニック

歯科助手 村里 紗南  
むらさと さな



## 働く人たちの一言

# Words from the Workers

私が北ちゃんにハマってから毎日、こんな感じで、北ちゃんが旦那になる妄想とか、毎日、仕事場までランペの歌を永遠に聴いています♥私は毎日朝から北ちゃんの声を聴いて幸せですっ!!皆様もランペにハマちゃいましょう!♪

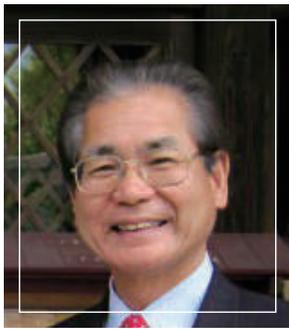
## 趣味の楽しみ方

こんにちは、和白歯科クリニックで受付をしている清水です。私の趣味は、旅行とサウナです。サウナを求めて色々な土地を旅行しています^\_^先日、サウナ仲間にて「島根県だけ10月は神在月」になる事を聞き、車で下道を利用して日帰りで行きまして。出雲そばを食べたり、日本三大駅伝を見たりして満喫しました。せっかくパワースポットに来たので記念になるものと思い、御朱印帳を買いました。そこから御朱印の魅力に気づき、新たな旅行の楽しみを見つけました^\_^♡



和白歯科クリニック

受付 清水 葵  
しみず あおい



しらいし のぶ  
白石 忍 氏  
「西日本人物誌」(西日本新聞社刊)  
編集委員会幹事/編集委員  
(元 九州共立大学経済学部長/教授)

これまでに小・中・高・大学から養護学校(現、特別支援学校)まで教鞭を執り、小・中・高・養護学校では、学級担任を、福岡県教育センターでは、指導主事、主任指導主事、参事、部長を歴任、福岡県立八幡南高校長で定年退職。引き続き、九州共立大学教授として10年間(後半5年間は学部長)勤め、現在に至る。この間、大学では、他に、九州大学(5年間)、九州工業大学(11年間)、下関市立大学(14年間)、姫路大学(4年間)、(中国)河海大学文天学院(4年間)で非常勤講師を勤めた。多くの著書や学術論文を執筆する傍ら、教育研究社会活動では、理事、会長を歴任し、現在も「地域に根ざしたビジネスやまちづくりを担う人材」の育成に尽力している。

# 考えてみませんか?… 想ってみましょうよ!

—— 健康のために (第17回)

## Profile

学 歴 同志社大学文学部文化学科哲学及倫理学専攻卒業  
九州大学大学院教育学研究科教育学専攻修士課程修了  
専門分野 教育学(教育哲学、教育経営学、社会学・公民科教育法、道德教育指導法)

## 本当の自分自身

「正々堂々と生きる!」…なんて…(想像しただけでも…)爽やかで、さっぱりしていて、身体に良さそう…という、なんだかそんな感じがしてきませんか?そんな爽やかで、健康的で、清々しい姿、というものを提唱した思想家達を、私ども人類の歴史は、数多刻み込んでおります。ところで、「正々堂々」(その)「爽やかさ」(健康に良さそう!)は、どこから来るのでしょうか?それは…、どうも、私たち人間一人ひとりの「本当の自分自身」と関係していそうです。

ですが、「本当の自分自身」に辿り着くのに、自己意識や自己意欲といった領域での自己研鑽の成果として、そこに獲得する自己認識の高揚を経て、という道筋だけに頼っているのでは、その過程が結構険しく、なかなかそれが実現しないという現実があります。また、宗教によって「本当の自分自身」へと導かれていく、という方法も太古よりあります。しかし、それもまた、信仰心の浄化という作業を経なければなりません。そうした中、科学の時代、20世紀に一つの画期的、斬新な方法論が構築されました。

19世紀の近代的合理主義は、本能に対する理性の優位を信奉し、科学という枠組みでこれを実現することで、政治、経済、社会という多方面に大きな発展をもたらしました。しかし、このことに対して、近代的合理主義が、実は進歩主義的楽観であったに過ぎ

ないのだと揶揄もされるような、そしてそれに代わる手法というものが発見されたのです。

オーストリアの神経科医で、今日、精神分析の創始者として君臨するフロイト(SIGMUND FREUD 1856-1935)は、理性では、自己理解も自己把握もできない、不可解でコントロールできない自己の現実行

## 無意識の世界を理解する

動や意識の在り方を潜在意識(=無意識)の仕業として注視し、そこを炙り出すことで自己理解と「本当の自分自身」を見出すようにしていこうとした思想家であったと捉えられています。

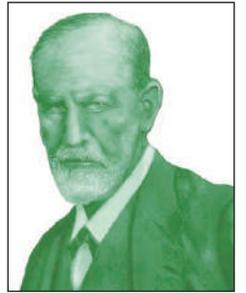
フロイトの発見した「無意識」については1900年の著書『夢判断』で確立されたと評されていますが、この書物の最大の特徴は性的エネルギーが精神現象を構成している」と説明されている点です。人は社会的動物として様々な習慣の中でそのことをなかなか認めたくないとか認めにくいとかいう傾向があり、その抑圧が潜在的に籠り、そうすることが原因で理性的に不可解な自分自身の行動に出会い混乱するということになる、と説明されています。また、記憶に残らない(一般的には3歳児以前の)あるいは、(3歳児以降においても)いつしか忘れ、あるいは忘れてがっている幼児体験等をも併せて深層心理とし、催眠(術)療法等によりその無意識を顕在化することで理性的な自己理解による納得、安心と自らの社会的行動への安定を獲得できるのだと目されています。



多くの信奉者を集めたフロイトでしたが、やがて、彼の許から深層心理としての精神的エネルギーを汎性欲説に特化しすぎたとしてフロイトを批判、発展させた者たちが育ってきます。その中の一人であるスイスの精神医学者ユング(CARL GUSTAV JUNG 1875-1961)は、無意識の中に個人的体験ばかりでなく、種族の先祖の体験、つまり「集団的無意識」(あるいは「集会的無意識」)とでもいうような動物的土台の深みにまで達するような意識がはよりこんでいると考えました。彼はこれを「元型」(アーキタイプ ARCHETYPE)と名付けました。この「元型」には「男として」とか「女として」とか「人間として」とかといったことがまったくの深層心理としても含まれているというのです。無意識世界の「元型」にマッチした「…らしさ」が発揮される時、人には未来志向的な外向性としての精神エネルギーが発揮されるのだというのです。

フロイトは自己の深層心理を、個人的無意識として催眠術や夢判断や対話法によってこれを見出せるとしましたが、ユングは自己に遺伝されているとでもいうような集団的無意識(集会的無意識)を伝説とか神話、あるいは(現在のものも含めて)文学や芸術から炙り出すことでそこに辿り着けるとしました。

フロイトとユング、両者に共通しているのは、人間の行動には無意識の世界が関わること、そして自己に個別に潜在するその無意識の世界を見出し、理解することで自己理解に至り、ひいては本来の自分のあるべき姿「=本当の自分自身」を見出し、その作業を経て健康を取り戻そうとするという点です。



じんむてんのう みやざき か ご生まれきしたんぼう  
神武天皇の宮崎・鹿児島歴史探訪

あおしまじんじや あねつたいせいしよくぶつ あおしま  
最初は青島神社、亜熱帯性植物に囲まれた青島  
じんじや けいだい さんどう  
に立つ神社で境内へは海上の参道を歩いて入  
しんわ やまさち  
りました。神話に登場する山幸夫妻を祭ること  
えんむす あんざん こうかいあんぜん こりやく  
から縁結びや安産のほか航海安全にも御利益が。



青島神社



青島の鬼の洗濯板

かん  
願かけや運試しスポットが10近くあり、若い女  
性やカップルに人気です。また近くに、日向神話  
かん ろうにんぎょう  
館があり、30体の蠅人形と12のシーンで構成。  
てんそんこうりん うみさちひこ やまさちひこ じんむてんのう  
天孫降臨から海幸彦・山幸彦の物語、神武天皇  
やまとへいでい しんわ めいほめん  
の大和平定まで、神話の名場面を再現しています。  
ひゅうがしん わかん こじぎ  
日向神話館で約一時間古事記の世界を旅しま

した。説明文がついているので、分かりやすく  
う ど じんぐう ほんてん う と  
勉強になりました。次は鶏戸神宮。本殿は鶏戸

ざき とつたん  
崎の突端に開いた約  
1000㎡の広さを持つ  
どうくつ  
洞窟の中にあり、振り  
返ると波しぶきを上げ  
のそ ぜつこう  
る海を望む絶好の口  
みりやく  
ケーションも魅力です。  
しんわ とよたまひめ  
神話では、豊玉姫が御

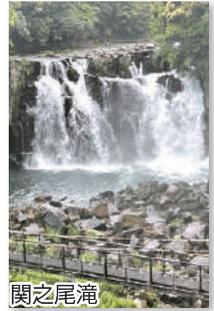


鶏戸神宮

子を出産したとされる神聖な場所で全国からた  
えんむす あんざんき かん  
くさんの人が縁結びや安産祈願に訪れます。

だっせん  
次は、脱線しますが

「日本の滝100選」に選  
せきの おのたき  
ばれた関之尾滝は幅4  
0m、高さ18mにも及  
ぶ大滝、そして木々の  
おだき  
間から流れ落ちる男滝、  
めだき たき  
女滝の3つの滝からなる。



関之尾滝

つりばし ぼくりゅう  
吊橋からは、滝を間近に見ることができ、瀑流の  
どろき とともに さか  
轟きとともに、盛んにしぶきを噴き上げる滝の迫力  
けいかん みりょう いや  
と美しい景観に魅了され、また心も癒されました。

だっせん うえの はらいせき  
次は、また脱線します、上野原遺跡に行きました。  
うえの はらいせき か ごしまけん  
上野原遺跡は鹿児島県  
せりしま ししがしちよう  
霧島市東町の標高250



上野原遺跡の地層

mの台地上にあります。  
約10,600年前には定  
住したムラが作られ、  
また約8,600年前には  
儀式を行う場として、

しゅうもんじたい  
森の恵みを受け、縄文時代の早い段階から多  
じゅうもん  
様な文化が開花し、個性豊かな縄文文化がきず  
V0L.45  
かれました。約4,400年前には、おとし穴を作り、

かりば  
狩場となり、約3,200年前から約2,400年前、  
だい  
約1,600年前から800年前にかけては、再び台  
ち かざんばい  
地上に人々が住みムラをきずきました。火山灰が  
たいせき  
2万年以上前から堆積した地層の実物が観察で  
きます。また、定住にしていたことがはっきり分  
じゅうもんい せき こくないさいこぎゅう  
かる縄文遺跡では、9,500年と国内最古級で  
あることが分かり、注目されました。今日は、  
これで第2回の旅を終わりたいと思います。  
次回をお楽しみに!! 感謝!!

# 丘の上の隠れ家的レストラン



レストラン ル・コパン

行橋市南泉 3-7-1

TEL:0930-23-5800

〈営業時間〉(月～土)

ランチタイム 12:00-15:00

ディナータイム 18:30-21:00

定休日:日曜日



めぐみ歯科クリニック(行橋) おすすめのお店

今回行橋めぐみ歯科クリニックからお勧めするのは、行橋市内にあるレストラン「ル・コパン」さんです。

こちらのお料理はランチ・ディナーともに3つのコースより選ぶことができ、自家栽培で採れたフレッシュなハーブなどを使用した目で楽しめ、舌で感動するレストランです！  
お近くにお越しの際は是非!!



めぐみ歯科クリニック(行橋)  
歯科衛生士チーフ

Sakaguchi  
坂口 玉美  
Tamami



## Here! Toothpaste that makes you addicted!

やみつきになる歯磨き粉、こちらです。

こんにちは!行橋めぐみ歯科クリニックの歯科衛生士坂口です。今回新しい歯磨剤をご紹介させていただきます。こちらの商品、恵祐会のクリニックではお馴染みのL'Aterlier(ラテリエ)歯ブラシと同ブランドよりデビューいたしました「レモンマートル&シャインズ」9種

類の天然ハーブ由来成分を配合した自然派歯磨き剤です。身体に有害な添加物を排除し、日本固有種の「クロモジ」をキー成分として、抗菌・抗炎症・保湿・リラクゼーション効果を有するボタニカルハーブ成分

をブレンドし作られています。泡立ちを極力抑えしっかりとブラッシングしていただけるようになっています。歯茎のマッサージをする際にも使用して頂けます。配合している「レモンマートル」はオーストラリアの亜熱帯地域に自生する植物で、レモンに含まれる香り成分のシトラールがレモンの20倍あります。その香りからレモンよりレモンらしい香りのハーブとしてリラックス作用・鎮静作用に優れています。古くからオーストラリアの先住民族であるアボリジニの方々はこのハーブを「森の治療薬」といい、抗菌作用・抗ウイルス作用・免疫力向上・血行促進作用・細胞再生作用などにも効果がある為、治療薬として大切に用いてきたそうです。

もう一つのキー成分「クロモジ」。こちらはクスノキの仲間日本固有種の樹木です。クロモジに含まれる「リナロール」という成分には鎮静作用・リラックス効果があり、イライラする・眠れないなど神経が高ぶっている時におすすめです。「ゲラニオール」という成分には収

れん作用があり引き締めて柔らかくする効果があり、歯ぐきの回復を助けてくれます。「シネオール」という成分はのど飴などにも使用している炎症を鎮める効果や免疫を整えてくれる効果があります。

他にも、ミルラ・アニスシード・タイム・ペパーミント・レモン・オレンジなどのハーブ由来の効果により、抗炎症作用・抗ウイルス作用・抗酸化作用を得ることができます。

皆さんも是非「レモンマートル&シャインズ」を使って、虫歯予防・口臭予防・口腔乾燥予防を体験してみてください。



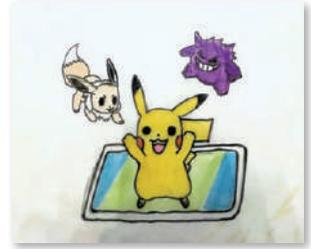
# Message from a Dental Technician



ARITA セラミックス ラボラトリー

歯科技工士 森 葉月  
もりふち はすき

初めまして、こんにちは、歯科技工士の森 葉月です。ARITA セラミックス ラボラトリーデンチャー部に所属しています。私の楽しみはジャニーズを見たり漫画を読んだりポケモンGOをすることです。ジャニーズは中学から好きで特にWest.の桐山照史くんが好きです。新曲やYouTubeが出たらすぐにチェックしています。そしてポケモンGOは職場の人達と昼休みにポケモンを探しに行ったり、持っていないポケモンを交換したりしています。私にとってポケモンGOは職場の人達と会話する1つの手段です。この楽しみを励みに仕事も頑張っていきたいと思います。



恵祐会勤続20年のご褒美で、シェラトン沖縄サンマリーナリゾートに2泊3日の沖縄旅行に行ってきた。初めてのなのでとても期待感あり、那覇空港に到着。レンタカーを借り、瀬長島、ウミカジテラス、おきなわワールドを周遊。

夜は、沖縄料理で楽しい時間を過ごし翌朝は、とても良い天気の中、海岸の散策、ドライブを楽しみました。とてもエンジョイでき良い思い出となりました。

【田中 正一】



### 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)475-8830

### かんだ歯科クリニック

京都府苅田町富久町1-2-1  
TEL:(093)435-1033

### めぐみ歯科クリニック(行橋)

行橋市道場寺1409-5  
TEL:(0930)25-0012

### めぐみ歯科クリニック(水巻)

遠賀郡水巻町立屋敷1-14-5  
TEL:(093)203-1888

### 新小文字歯科クリニック

北九州市門司区大里新町3-8  
TEL:(093)372-8989

### 和自歯科クリニック

福岡市東区和自2-2-85  
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



医療法人

# 恵祐会

北九州市小倉南区田原新町 2-4-16

TEL:(093)474-8616

<http://www.keiyukai.gr.jp/>

編集責任者 豊富 光浩



## 入会のご案内

年会費  
1,000円

## ハハハの会

医療法人 恵祐会

地域の皆様に  
歯科情報を  
多く発信致します

### 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。

ラテリエの歯ブラシを3本差し上げます。