

News

ウェルネス



No.139

ウェルネス小畑歯科医院
 子どもの歯を守る会
 会報 1998年2月創刊
 〒640-8401
 和歌山市福島324-1
 ☎073-455-9874
<https://www.wellness-kobata-dc.com/>

口腔ケアでウイルス対策 歯科衛生士による口腔ケアでウイルス感染予防！

4月30日 日本歯科医師会は次のようにアナウンスしました
今日まで歯科治療を通じて患者が新型コロナウイルスに感染した例は1件もない

インフルエンザ感染が口腔ケアによって防げることは研究の結果明らかになっている。新型コロナウイルスについても、口腔ケアで予防の効果がある可能性が高い。ウイルス感染が懸念される時だからこそ、口腔ケアが大切である。



**東京歯科大学 名誉教授
 奥田先生**

ウイルス感染が心配で、歯科医院に行くのをためらいがちです。しかし、介護施設での研究では、歯科衛生士による専門的口腔ケアを受けた人のインフルエンザの発症率は、本人や介護者だけの口腔ケアに比べて10分の1になることが明らかになっています。今回の新型コロナウイルスに対しても同様の効果が期待されます。



**大阪大学 予防歯科教授
 天野先生**

お口が汚いとウイルス感染にかかりやすい。ウイルスは粘膜に付着しただけでは発症しない。粘膜の中に入り込む必要がある。そのとき重要な働きをしているのが酵素だ。「カギ」と「ハサミ」のような働きをする2種類の酵素があり、ウイルスが粘膜の表面に付着した後、「カギ」の酵素が細胞の表面に穴をあけ、ウイルスが入り込み仲間を増やし大増殖する。しばらくするともう一つの「ハサミ」の酵素が細胞を破りウイルスを放出する。こうして感染が拡大していく。そして歯周病菌が多いと感染は数倍拡大する。口腔細菌界の魔王！と言われている歯周病菌は、酵素をより活性化さ

せ、口やノドの細胞の中に入りやすくなる。しかも薬で除去できず、免疫細胞でも歯が立たない。だから歯周病菌はプラークごと歯磨きで除去するしかない。



院長

コロナウイルス感染予防のため、自主的な縮小診療をしていましたが、5月11日より通常の診療体制に戻しました。しばらく検温やうがい、アルコール消毒などは続けます。

ご理解のほどよろしくお願いします。

現在の当院の対策

- ・ドア、いす（待合室と診察台）、トイレなど手の触れるところは絶えずスタッフがアルコール消毒しています。
- ・待合室の新聞雑誌は撤去しました。
- ・受付窓口での検温（非接触型体温計）と問診をしています。
 （初診の方には詳しくお聞きしています。また、37.5℃以上の方は解熱後の来院をお願いしています）
- ・受付で手指消毒をお願いしています。
- ・処置前に洗口液でうがいをお願いしています。
- ※診療時には
 - ・患者さんごとに清潔な手袋とシェードマスクを着用しています。
 - ・高性能口腔外バキューム（治療時に出る飛沫や粉じん除去）を使用しています。（院長）

歯科衛生士よりメッセージ



この度の緊急事態宣言のなか、皆さまいかがお過ごしでしょうか。歯の困りごとをお持ちでないですか？私たち歯科衛生士は、歯周病定期健診（メンテナンス）を通じて、多くの担当患者さんとの繋がりが 있습니다。患者さんのメンテナンスの自粛により、お口の中の状況や状態がどうなのか？すごく気に掛かります。少しでも変化があったり、心配なことがありましたら、お電話でも良いので気兼ねなく相談して下さい。また、メンテナンスを行うことは、お口の健康、身体 の健康のために大切です。来院患者さんに安心して診療を受けてもらえるように、小畑歯科ではできる限りの感染予防対策を行なっています。大変な日々をお過ごしでしょうが、早期の収束と、これまでの日常が戻る日を願っています。

（歯科衛生士・上田智恵子）

全国に緊急事態宣言の発令があり、外出を自粛されていることと思います。しかし、閉じこもりによる口腔の機能低下や口腔衛生状態の低下による誤嚥性肺炎が懸念されます。毎日の歯磨きとぶくぶくうがいで口の周囲の筋力維持とウイルス感染リスクを減らしましょう。当院では歯科訪問診療も行っております。通院にお困りの方はご相談ください。

（歯科衛生士・山東理沙）



自粛中の過ごし方



田村彩衣（歯科衛生士）

「巣ごもり生活」を充実させるためにいろいろしましたが、1番長く続けているのは、ギターの練習です。

眠っていたミニギターを出してきて、練習をしています。昔少しやっていた

ましたが、随分久しぶりなので一からスタートです。もう少し弾けるようになったら普通サイズのアコギを買おうかなと思っています。



大平可恵（歯科衛生士）

天気の良い日はできるだけ庭にでて、子供たちと体を動かすようにしています。ボール遊びをしたり、シャボン玉をしたり、庭にテントを張り、お弁当を食べてピクニック気分を味わっ

てみたい（笑）もちろん怒ることもたくさんありますが、できるだけ楽しいおうち時間を過ごせるようにしています！



藤本眞央（歯科衛生士）

家の片付けや庭の整備をしています。普段時間なくて手に付けない所を徹底して掃除しています。部屋を掃除していると懐かしいものが出てきて、この時こんな事があったなと思い出に

浸ってしまいます。庭には雑草があちこちに生えていました。私の自粛中の家での過ごし方はこんな感じです。コロナが終息しみなさんが気兼ねなく歯医者に来れる日が1日でも早く迎えられよう願ってます。最後に私の家に咲いてある紫陽花です。今はまだ花は咲いていませんが毎年キレイに花を咲かせてくれます。



湊愛花（受付事務）

私は友だちとビデオ通話をしたり、韓国ドラマをイッキ見したりして過ごしています。友だちとも気軽に会えなくなってしまう寂しいですが、ビデオ通話では顔を見ながら話ができるし、

複数人でできるので楽しいです。また、私は韓国ドラマが大好きでよく見ています。一話一話が長く話数も多いので、一日中家にいることが増えた今、ここぞとばかりに見ています。それから、吹替えではなく字幕で見ることで、韓国語の勉強にも役立てています。一日でも早く気軽に外出できるようになることを願いながら、お家時間を楽しみたいと思います。



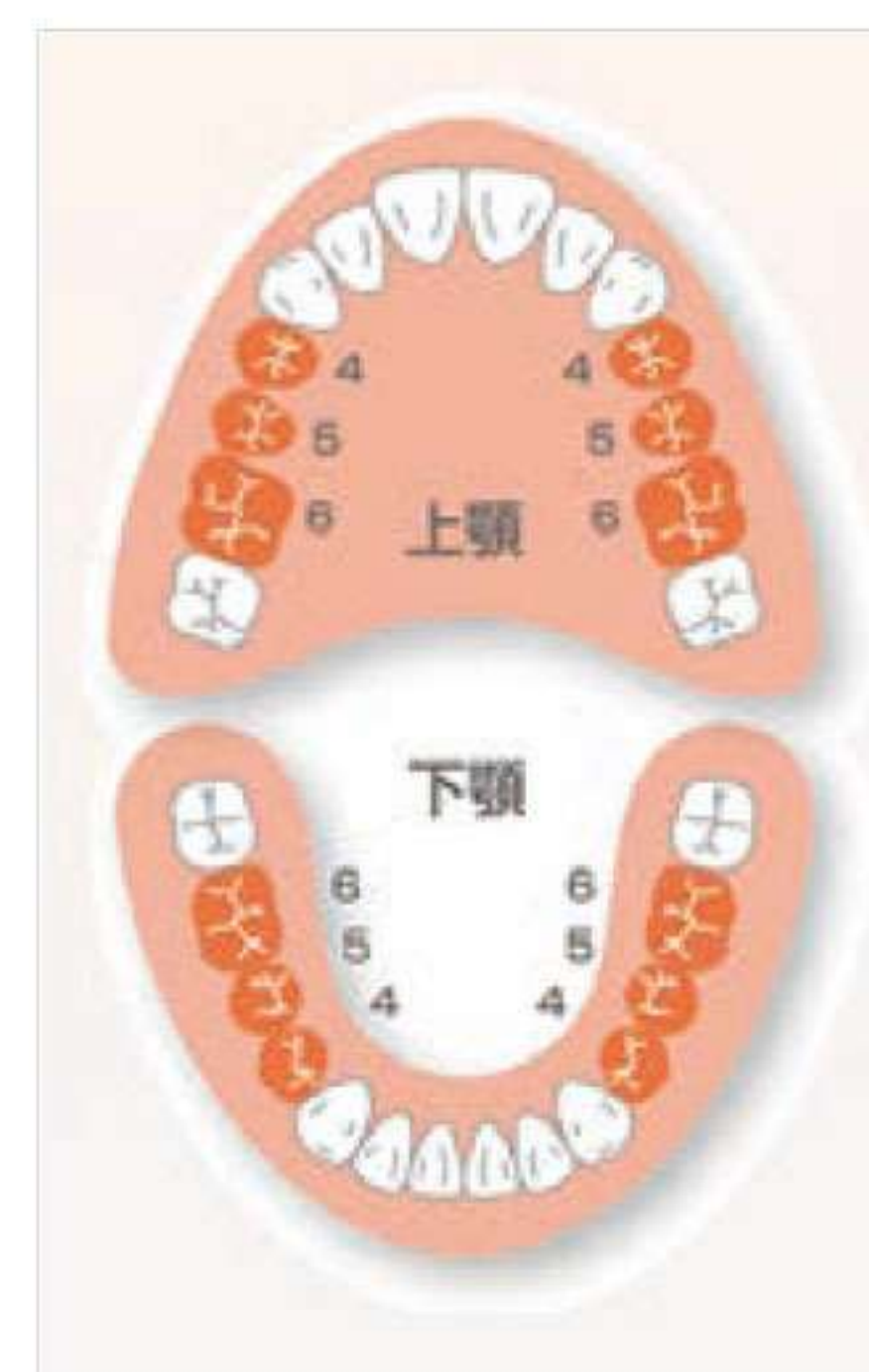
保険改定いろいろ

令和2年4月に全国一斉に歯科保険の改定が行われルールが変更になりました。若年者のうちから歯周病が悪化しないようにする予防治療が入ったのです。歯周病が進行している方は、定期的（月に1回程度）かつ長期に管理をしていく方針になります。また子供の口腔機能発達不全症（お口ぽっかん）に対する口唇圧測定など新たな取り組みも始まりました（図1）。



▲図1

さらに、以前よりCAD/CAM（キャドカム）ハイブリッド冠と呼ばれる、白いかぶせ物が保



▲図2



▲図3

険の適用でしたが、真ん中の歯から数えて4・5番目（上下）と下の6番目の歯に単独でかぶせることしかできませんでした。ですが今回、材料の強度が格段に改善されたことで、上の6番目の歯にも保険適用されることになりました（図2）。見た目も自然で美しい透明感と優れた衝撃吸収性をもつ素材です（図3）。今までは数万円の費用が必要でしたが、3割負担の場合約1万円弱でかぶせることが可能です。今回の保険改定により窓口負担の増減とルールの変更があります（詳細はスタッフにお尋ねください）。何卒ご理解のほどよろしくお願いします。（歯科医師・竹岡高志）



森谷千浦（受付事務）

録画していたドラマをみたり冬物を片付けたり整理したりと、普段出来ないことを少しずつしています。また5月のゴールデンウィークには毎年友達みんなが集まるのですが、今年は初めての試みでオンラインで時間も忘れて話をしました。離れていても揃って話ができるってすごいなあって今の時代に感謝です。何か食べながら話そうと計画していたので有馬にあるジェラートをお取り寄せしました。「コロナが収束したらお店に食べに来て下さい」とのお手紙に心が温かくなり今度はお店でみんなで食べたいと思いました。ご近所さんにもお裾分けしたところお礼に綺麗なお花をいただきました。なんとお庭で育てているそうです。素敵なアレンジ私のためにお花を切ってくれたんだと思うとうれしくて心が温かくなりました。お家にいてもほっこりできる幸せな時間を過ごせてよかったです。



弓場奈津実（歯科衛生士）

今の楽しみの1つとなっているのが、庭に生えているさくらんぼを少しずつ食べる事です。去年は鳥に食べられてしまいほとんど収穫なかったのですが、今年は豊作の気配です。味も意外と美味しく、何より赤い小さな実が健気に実っているのを見ると癒されます。



中野智子（歯科衛生士）

私は我が家の猫の額程度の庭の整理や野菜作りをしています。ひとり黙々と植物や土をいじるのにマスクは必要無く、太陽と風を浴び、適度に体を動かせる。自分の作った少しのお野菜でひと品作り、それを食べるのが楽しみな自粛生活を送っています。



坂本純子（歯科衛生士）

マスクの品薄状態が続き、当院にとっても在庫が底を突いてしまえば致命的!!使い捨てマスクの内側に当てるインナーマスクをスタッフ皆の為せっせと大量生産しました。洗えて毎回清潔を保てる上、立体的でズレにくく呼吸も楽、更に防御効果も高まりそうだと皆に喜んでもらえました。



永堀夢乃（歯科衛生士）

自粛中は簡単なお菓子作りをしました。普段はあまりしないのですが、作ってみると案外楽しいもので、クッキーやカップケーキ、スイートポテトなど色々なものを作りました。家族みんなで食べて、有意義な時間を過ごす事ができました。これを機に新しい事にチャレンジしていきたいと思います。



亮子Dr.のチャレンジ2020

おうちキャンプ



夫がとっていた4月の有休が、なんと非常事態宣言の発令と重なってしまった。土日あわせて5日間あり、福井でキャン

プの予定だった。さぞや無念だったのだろう、彼はおうちキャンプを提案してきた。要はベランダに簡易テントを張り、机も出してホットプレートでのBBQだ。ひとり黙々と設営していく姿に、なんとかして気分だけでも味わってやるという気概が見えた。

簡易テントは寝ることこそ出来ないが、子供たちのいい遊び場になった。普段と同じおもちゃでも、場所が違えば気分も違うらしい。テントのなかでご飯やお

やつを食べたりごっこ遊びをしたりと楽しそうだ。

そんな子供たちを眺めながら夫がビール片手に肉を焼く。ベランダの空は狭いけれどそれでも開放的で、芳ばしい香りが吸い込まれていく。逆サイドに追いやった物干し竿に目を瞑れば、これはこれでアリだなあと新しい発見をした気分だった。

日常だけれどちょっと非日常、その加減がちょうどいい。ゴールデンウィークも、我が家はきっとおうちキャンプだろう。

(歯科医師・竹岡亮子)



MFT 頑張ってます！



新緑がまぶしい季節となりました。木々の緑が日ごとその濃さを増すこの頃、当院では歯列矯正をしている子どもたちがMFT(口腔周囲筋機能療法)を頑張ってます。

最初は両親や歯科医師、歯科衛生士に促され受け身の子どもたちでしたが、トレーニングを重ねていくうちに出来なかったことが出来るようになり、自ら取り組むようになった姿を目にすると嬉しく頼もしいです。MFTを通して表情筋が豊かになり、日々成長していく子どもたちにこれからも貢献できるよう、MFTスタッフ一同、力をあわせてサポートしたいと思います。

(歯科衛生士・濱端真優)



ゆめのちゃん
入職

はじめまして。3月に和歌山県歯科衛生士専門学校を卒業し、4月からお世話になってます歯科衛生士の永堀夢乃です。毎日覚えることが多くて大変ですが、一人前の歯科衛生士になるために、必要な知識と技術を習得して一生懸命頑張ります。

まだまだ未熟で至らないところもありますが、患者様とのコミュニケーションを大切に、サポートできるよう努めていきます。よろしくお願いします。



歯科衛生士
永堀 夢乃