



歯科健診の大切さについて

歯科口腔外科 部長 河地 誉



歯科健診とは、『歯科健康診査』の略称で、虫歯や歯周病など口腔内におきる疾患を早期に発見し、治療へと繋げるための健康診査のことです。歯科健診を受けるメリットは、①虫歯・歯周病の早期発見と予防、②早期治療が可能となる、③全身の病気を予防、④健康寿命を延ばす、⑤医療費の負担軽減などが挙げられます。歯科健診の義務があるのは、1歳6か月児健診、3歳児健診（母子保健法）、就学児健診、学校健診（学校保健安全法）があります。成人に対しては、有害物質などを取り扱う特定の業務に対して、歯科特殊健康診断（労働安全衛生法）があります。一般職に就く成人に対しては、健康増進に基づく基本健診や、労働安全衛生法に基づく労働者への健診に歯科健診は含まれておらず、自身で歯科受診をしない限り、健診の機会はありません。そこで、年齢を問わず、1年に一度の歯科健診を義務付け、歯の健康を守っていくことを目的とした国民皆歯科健診の導入が検討されています。（2022年7月現在）

日本人の平均寿命は、女性が87歳、

男性が81歳で過去最長となり、世界でも有数の長寿国となっています。一方で、健康寿命（健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間）は、女性が75歳、男性が72歳と言われています。医療の進歩により、平均寿命は延びてきましたが、近年では寿命の質について考えられるようになり、健康寿命を重要視するようになってきています。健康寿命を延ばすためには、歯が健康で、しっかりと噛めることが重要な要件の1つです。歯を失ってしまうと、噛むことができなくなり、食べる物が偏り、栄養のバランスが崩れてしまいます。固いものが食べられなくなると、筋力の低下や脳への血流の減少が起き、栄養不足で体が弱るだけでなく、認知機能にも影響を及ぼし、寝たきりや要介護に繋がる傾向が強くなります。しっかりと物を噛み、食べられると、脳への血流が増え、認知症の予防に関係することがわかっています。また、口腔内の細菌を減らすことで、糖尿病や心臓病のリスクを減らすといわれており、全身の健康の維持のためには、口の中の環境を整え

ることが大切です。

日本では、歯科の受診率が非常に低く、口の中の痛みなどの症状が出てから歯科医院を受診することが多いのが現状です。自分の歯をできるだけ良い状態で多く残し、「何歳になっても自分の歯でおいしく食事をしたい!」と思われる方は、自分の口の中のことを理解している『かかりつけ歯科医院』を持ち、定期的に口の健診を受けることが大切です。当院歯科口腔外科は、牛久市歯科医師会及び地域連携登録医と密な連携を取っており、幅広く口腔内に関する相談を受けています。困りのことがあれば、かかりつけ歯科医院、もしくは、当科まで御相談ください。

入職者



7/1付入職 院長 矢口 慎也
救急医療科

- ①担当 ②専門とその紹介 ③出身大学 ④趣味
- ⑤生年月日 ⑥血液型 ⑦星座

- ①常勤
- ②弘前大病院・山梨県立中央病院救命救急センターで病院前活動も含め救急・集中治療に従事しておりました。スタッフの皆さんと一緒に頑張ります。よろしくお願致します。
- ③弘前大学 ④温泉巡り ⑥O型

Dr.趣味リレー

リウマチ・膠原病内科医 部長 野村 篤史

最近の趣味と聞かれると無趣味なので困りますが、過去の趣味を紹介します。8年ほど前には走ることはまっていた。クルマではなく生身です。病院の行きはバスで通い、6・5kmの道をほぼ毎日リュックをしょって走って帰っていました。年末年始も走っていました。3人目の子供の誕生とともにパタリと走るとはやめてしまいました。今思うとどうしてそんなに走っていたのか、自分自身が信じられませんでした。そのあとは植物を植えることです。自宅の小さな庭の隙間やプランターにネットで買った苗や球根、苔などをひたすら植えていました。しかし、それもある程度形になって植える場所がなくなってくるとともに、熱かったガーデンング熱も冷めてしまいました。このように熱しやすく冷めやすいと医療のほうは大丈夫か？と心配されてしまいそうですが、医療に関しては患者さんの長期的な将来を考えて診療にあたっています。ご安心ください。