

エクセレンスクラブは、健康で豊かな生活を、あなたとともに考え、行動しています。

WINTER



A Letter of the excellence club

Excellence

エクセレンスクラブ会員のご紹介

エクセレンスクラブ会員の歯科医師のオフィスをご紹介します。
お口の健康に関してのご相談は、お気軽にお電話を下さい。

岡田歯科 tel 078-453-4601

診療時間 午前10時～午後1時
午後 2時～午後6時

休診日 日曜・祝日・第1第3月曜

〒658-0072
神戸市東灘区岡本1-3-19 プロヴィデンス岡本2F

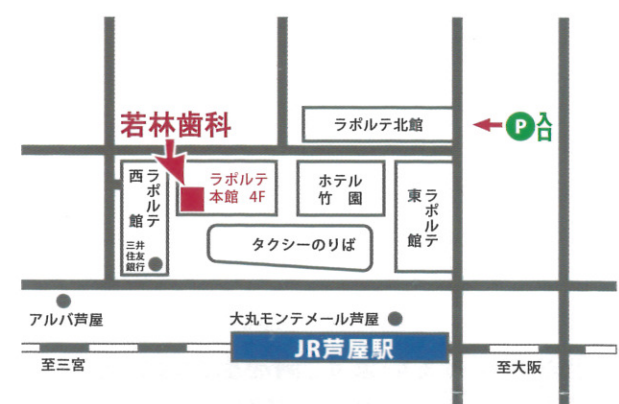


若林歯科 tel 0797-22-4882

診療時間 午前10時～午後1時
午後 2時～午後6時30分

休診日 日曜・祝日・木曜日

〒659-0093
芦屋市船戸町4-1-4 07ラポルテ本館4階



直田歯科 tel 06-6381-1741

診療時間 午前9時30分～午後1時
午後2時30分～午後7時30分

休診日 日曜・祝日・第1第3土曜日

〒564-0036
吹田市寿町1丁目8-17 サンヴェール・ユカミ2F



総入れ歯の始まり

入れ歯＝義歯の歴史は古い。紀元前750年頃、エジプトとギリシャとの交易をなりわいとしたエトルリア人は、すでに、ウシの歯などを用い、黄金の針金で丈夫な隣の歯にしばりつけるという方法のブリッジに近い技術を持っていた。エトルリア人の交易範囲から考えても、エジプトやギリシャ以外に、インドや、中国などに、早くから、こうした入れ歯の技術は伝えられていたようだ。

「明眸皓齒」が美男美女の資格であるように古代から、輝く瞳と白い歯とは、容貌をかたちづくる重要なポイントであると考えられていた。もちろん、食べものを咀嚼するためにも、歯は欠くべからざるものだった。古代の人々が、その大切な歯を失ったときの狼狽は、容易に想像できるのである。入れ歯がかくも早くから作られていたということは、それを立証している。

総入れ歯の始まりは、1680年に、オランダの解剖学者が、カバの歯で総入れ歯を作ったのが始めてのようだ。

その後、1737年には、近代歯科医学の父と呼ばれる、ピエール・フォーシャルが、上下あごそろった総入れ歯をつくりだした。彼は歯を失った1人の老婆のために作ったというが、この入れ歯は画期的なものであった。

それまでの入れ歯は、単に美容上の観点から作られることが多く、口をあけるごとに、上あごの入れ歯が、ガタンと落ちてきていたのである。それをフォーシャルは、上下の入れ歯をスプリングで連結して、口をあけても平気なように改良した。この総入れ歯によって初めて、食事のときにも、入れ歯をはめながら、ものを噛むことができるようになったのである。

その後、スプリングを用いなくても、口腔内の陰圧とほおの筋力を利用して、普通に口をあけたり、とじたりできる総入れ歯が完成した。外国では、現代の総入れ歯の歴史は彼から始まったといわれている。

口内は万病のもと

「歯は大切な臓器の一つである！」友人の歯科医がそう言った時、「歯って、臓器だったの？」と思わず聞き返してしまいました。「そう、全身の病気と深く関係している臓器なんだ。口の中は万病のもとだよ」と教えられて、驚きました。誰でも虫歯くらいならし、歯周病や歯槽膿漏なんてたいしたことないじゃないか。昔からそう思ってきた私はさらに聞いてみました。「じゃあ、どんな全身病と関係しているの？」

歯周病とは、歯周病菌による慢性の炎症です。歯の根元に住み着いた歯周病菌が血液に入りこむ病気です。動脈硬化を引き起こすことが広く知られるようになりました。歯周病があると、心筋梗塞になる確率が3割程度高くなります。また、糖尿病と歯周病は表裏一体であることもわかっています。糖尿病があると歯周病になりやすく、歯周病があると糖尿病になりやすいのです。

どこかメタボと睡眠時無呼吸症候群の関係と似ていますね。実は、肥満と歯周病も深く関係しています。つまり、太ると歯周病になりやすいのです。特に内臓脂肪から出る悪玉ホルモンは、動脈硬化に拍車をかけるのです。

さらに驚くことに、なんと歯磨きとがんが密接に関係しているというのです。歯磨きをしないと、口腔がん、咽頭がん、喉頭がん、食道がんにかかりやすいことがわかっています。歯を磨かないと、口の中の細菌が増加して、発がん物質を増やすからと考えられています。さらに歯を磨かないと、胃がんや膵臓がんになりやすいこともわかっています。歯を磨かないと、ボケやすく、心筋梗塞になりやすく、がんになりやすいなど、まさに踏んだり蹴ったりのことになるんだよ、と教えられました。

最近、「唾が出ない」という人が多いので、唾液と歯の関係についても聞いてみました。唾液は1日に0.5～1.5ℓも分泌され、リゾチームやラクトフェリンを含み、抗菌作用を発揮しています。しかし老化や薬の副作用で唾液が出なくな

出典 長尾和宏先生 (Dr 和の町医者日記)より

ると、歯の表面の虫歯菌が繁殖します。そもそも唾液にはカルシウムやリン酸、フッ素などのイオンが含まれています。これらは、歯のエナメル質が溶けることを防いでいます。虫歯菌が作った「酸」は、エナメル質を溶かそうとしますが、唾液中の重炭酸がこの「酸」を中和してくれるのです。

一方、私たちの口の中には虫歯菌のほかにたくさんの細菌がすんでいます。唾液1ℓの中になんと1億個もの細菌がいるそうです。歯垢の中には1ℓ中に1千億個の細菌がいる、なんて聞くとキスができなくなるかも(笑)。さらに「バイオフィーム」と呼ばれる、歯ブラシで取りきれない年季の入った歯垢の中にも1ℓ中に1千億個の細菌がいるそうです。バイオフィームとは日常生活の中では台所のシンクや排水口のぬるぬるのこと。虫歯菌にとって居心地のいい安全地帯であり、悠々と繁殖をすることができる場です。酸を中和する唾液も届かないため、虫歯菌にとっては大変恵まれた環境なのです。

なお、歯垢からバイオフィームになるまでは、実験室内では48時間程度、歯の表面に定着するまでに3ヵ月くらいかかるといわれています。いずれにせよ、80歳で歯を20本残すためには、正しい歯磨きを続けるしかない。それでも虫歯菌が多い人にはPMCTや3DSという技術がありますが、詳しくは次回にお話しします。

バイオフィーム

歯垢をそのままにしておくと虫歯菌が砂糖などの糖質と結びついて歯垢を覆う膜のようなものを形成する。歯垢の段階なら歯磨きで落とせても、バイオフィームまで成長すると普通の歯磨きでは落とせなくなる。

長尾和宏 (ながお・かずひろ)
東京医大卒業後、大阪大第二内科入局。
平成7年、尼崎市で「長尾クリニック」を開業。
外来診療から在宅医療まで”人を診る。総合診療を目指す。医学博士。

よりよい年でありませう
心からお祈り申し上げます

エクセレンスクラブ

若林 直田
益 史正
岡田 光

平成二十七年元旦

