

歯周病が早産や低体重児出産の起因に…?

「妊婦歯科健診で リスクを減らそう」

妊娠すると産婦人科での健診だけでなく、歯科での健診もすすめられます。「なぜ歯科に行く必要があるの?」と疑問に思われる方もいらっしゃるのではないのでしょうか。妊娠中に口腔ケアを行うことは、妊婦さんの口の中と生まれてくる赤ちゃんを守ることに繋がります。妊娠期間中の口腔ケアに対する正しい知識を身につける場所が、「妊婦歯科健診」であるとも言えます。

大学病院などマタニティ歯科外来のあるところでは安定期(5~9ヵ月頃)での治療、さらに「妊活」の段階での治療を推奨しています。現在、「妊婦歯科健診」は、より安全な出産や妊婦さんの健康のために、全国的に妊娠がわかった時点での早めの受診がすすめられています。

歯科医師 小池秀行



はじめに

小池病院の歯科は「妊婦歯科健診」に対して早くから取り組んでいます。前身の小池デンタルクリニック開院時から10年以上に亘り、福山市の妊婦歯科健診実施よりも早い段階で、母体である小池病院とともにその重要性を訴えてきました。そして福山市と福

山市歯科医師会が協力して妊婦歯科健診を行うようになったことで、以前よりも多くの妊婦さんが健診を受けておられます。

それでも未だ妊婦歯科健診を受診されていない妊婦さんや、出産が近くなってからの受診という方も多いため、妊娠がわかったら早めに受診することの重要性について説明していきたいと思います。

妊婦さんと歯周病

妊娠すると女性ホルモンが増加して活躍しますが、歯周病の病原菌はこの女性ホルモンが大好きで一緒に増えてしまうのですが、**妊娠中は歯周病の病原菌の数がおよそ「5倍」**にもなるといった報告もあり、その倍率に驚くことでしょう。

この「5倍」とは健康でキレイな口元の人と比べてではなく、普段の自分の口の中にある歯周病の病原菌が5倍になると考えてください。「歯科の定期健診に通いメンテナンスをする」、「毎食後歯を磨く」などの口腔ケアをしっかり行っている人と比べたとき、キレイな人よりも普段の病原菌が多ければそれがさらに5倍になりますので、実質5倍以上の病原菌が存在することになってしまいます。すでに歯

周病である妊婦さんであれば歯周病が更に悪化することとなり、歯周病でなかったとしても歯周病になるリスクが非常に高くなることが理解できるでしょう。ですから多くの場合、妊婦さんは歯周病であるともいえます。

「自分は歯周病じゃないから大丈夫」と思っていないですか?

TVの歯ミガキ剤のCMなどで「日本人の成人の8割が歯周病」というセリフを聞いたことはないでしょうか。さらに「日本歯周病学会」「日本臨床歯周病学会」が刊行した初の公式本『日本人はこうして歯を失っていく 専門医が教える歯周病の怖さと正しい治し方』にはさらに恐ろしい数値が記載されていて「日本人の7割以上が歯周病」と書かれています。

「成人」と限定せずに「未成年」も含めた数字で7割を超えてくるというのは、「未成年だから歯周病ではない」とは限らないということです。また、20歳代の約70%が歯周病とされており、65歳以上の高齢者になると歯のない人以外はほぼ全員が歯周病だとしています。55歳以上は半数以上に重症化が見られるとし、20歳を超えると増加していくと説明しています。これだけの話を聞いても、「私は毎日歯を磨いているから歯周病じゃない」と思われる方がいるのではないのでしょうか。しかし、前述を言い換えるなら、周囲の人を見渡して歯周病でなくとも、定期的に歯科医院にメンテナンスに通いしっかり歯磨きを行っている人を2~3人思いつくなら、それ以外の人は歯周病の可能性が高いということと同義とも言えるでしょう。あなたはどちら側の人ですか?残念ながら多くの人はやはり歯周病です。

「痛くないから歯周病じゃない」と思わ

れている人も多いようですが、歯周病は病気であって怪我ではないので痛くないから病気じゃないということにはなりません。身体他の病気などを思い浮かべてください。「痛くない」と「病気じゃない」は同じではないですよ。歯周病の場合は皆さんが自覚するのは、歯を支える土台である顎の骨の部分が歯周病によって溶かされることで歯ぐきが下がり、歯の根っここの部分の露出により知覚過敏が生じたり、歯が揺れて噛めなくなったり、口臭がきつくなったり、歯磨きのときに出血したり、などでしょうか。このような症状が出たとき、その歯は抜かなくては行けない、残せない、といった可能性が生じてきます。日本人が歯を失う一番の原因は、虫歯ではなく歯周病だということも覚えておいてください。

歯周病によって妊婦・胎児が受ける影響

■早産・低体重児出産

歯周病の病原菌は血管を流れる血液によって全身を移動し、妊娠中の子宮に影響を与える場合があります。この影響というのは『早産・低体重児出産』のリスクを上げることです。日本臨床歯周病学会でもこのリスクが約7倍であるとしており、タバコやアルコール、高齢出産などよりもはるかに高い数字であると注意喚起しています。妊娠中に口の中の手入れを行ったからといって早産や低体重児出産にならないと言い切れるわけではありませんが、もし口の中の手入れをちゃんと行わず、結果として早産・低体重児出産となったときに後悔されるのではないのでしょうか。歯周病によってこのようなリスクが上がるのであれば、安定期に十分な手入れをしておくことでリスクを下げておきたいですね。

日本臨床歯周病学会



■智歯周囲炎(親知らずの炎症)

※歯周病の一種

多くの人の場合、親知らずはキレイに生えることなく変な方を向いていたり、ちょっとだけ見えているけど大部分が骨の中に埋まっていたり、完全に埋まっていたりなどしています。生えていても歯並びが悪ければ歯周病は悪化しやすく、ちょっとだけ見えている状態なので汚れは入り込みやすく、掻き出しにくい状態で、これも同様に悪化しやすいわけです。当然、一番奥にあるので歯磨きも困難です。通常でも歯周病が悪化しやすいポイントが多いこの親知らずが、妊娠によって歯周病の悪化が促進されるとどうなるでしょう。急激な痛みを伴って、出産前なのに眠れない痛みに悩まされる可能性もありますし、更なる歯周病の悪化の手助けともなってしまうかもしれません。安定期を利用して予防的な対処をしておきたいところです。

■口内炎

妊娠により増加した歯周病の病原菌によって歯ぐきなど口の中の粘膜が攻撃されていけば、当然ですが口内炎もできやすく悪化しやすい環境となっていることも覚えておきましょう。

■虫歯

つわりや偏食、食事回数や間食の増加など食生活の変化が影響する場合もあり、また、嘔吐で胃液(酸)が逆流してきて歯が溶かされやすくなることも影響します。簡単に言えば歯の表面がもろくなり、虫歯が進行しやすい状況になってしまうともいえます。嘔吐の後などはそのままにせず、せめてうがいをして口の中の酸の濃度を低下させておくことをおすすめします。

■妊娠性歯周炎・妊娠性エプーリス

どちらも妊娠によって生じやすい歯ぐきの炎症です。後者は良性腫瘍の一種で歯ぐきだけに生じます。

歯周病や虫歯の治療

妊娠初期や出産直前を避ければ、歯科治療は可能です。出産直前に口が原因で痛くて眠れない妊婦さんや、点滴を打ちながら歯科治療を行わなければならないようになった妊婦さんを年間何人も治療することがあり、そのような状態で治療を行うよりは、先ほど述べた『早産や低体重児』のリスクも考えると、安定期を目安に治療しておくことをおすすめします。

治療による影響

■レントゲンのおなかの赤ちゃんへの影響

レントゲンを不安に思う方もいるかと思いますが、しかし歯はおなかから場所が離れており、さらに撮影時には鉛のエプロンをしていただきますので、おなかの赤ちゃんが被曝する量は限りなくゼロに近く、赤ちゃんへの被曝の影響はまったくないのに等しいことがわかっています。また、当院の歯科用CTなどのX線撮影装置はデジタル撮影となっており、従来のフィルムタイプに比べて被曝量も少なくなっています。一般的な被曝量は日常生活での1年あたりの日本平均で約1.5mSv(ミリシーベルト)、世界平均で約2.4mSv、東京⇄ニューヨーク間航空機で往復が約0.2mSv、さらに医科用CT撮影が約6.9mSvとなり、飲食物からも実は被曝の影響というものはあって、たとえば水を1日2リットル1ヵ月飲むと約0.4mSvです。これに対し歯科では歯科用CTですら約0.1mSvであることから考えると非常に少量の被曝量なので安心していただけたと思います。

■麻酔注射の影響

歯科治療に使う麻酔は、全身麻酔ではなく局所麻酔です。無痛分娩にも使われる麻酔と同様のものなので、ご心配いりません。また、局所麻酔薬には血管収縮剤が入っているため、治療をする歯の周辺に麻酔薬は停滞しますのでおなかの赤ちゃんに影響しません。

■抗生物質や痛み止め

抗生物質であればペニシリン系やセフェム系、鎮痛剤はカロナールなどアセトアミノフェンが安全であることが産婦人科医師の見解で明らかになっています。必要な場合には歯科医や産婦人科医と相談して最小限で使うことをおすすめします。また、当院の歯科では産婦人科でも処方するような、妊婦さんが安全に服用できる抗生物質や痛み止めを使用しているのでご安心ください。

■生まれた子どもへの影響

生まれたばかりの赤ちゃんの口の中には虫歯のバイ菌はいませんが、成長する過程で周囲の人から感染していき、口の中に常在菌と呼ばれるものを取り込んでいきます。同じ食器、コップ、箸などを使わないようにしても、お子さんを抱きかかえるなどの近い距離で話しかければ飛沫感染してしまいます。こういった理由から感染源として確率が高いのは、母親からが約75%、父親からが約15%、祖母や保育園の保育士さんなどからが約10%となり、身近な人からの感染がほとんどを占め、こういった感染をするかによって、大人になったときの虫歯のなりやすさにも影響を与えます。とはいえ、完全に周囲の大人と食器その他を完全に分けたり、スキンシップを絶つことは不可能です。ですから、周囲の大人、とくに両親が口の中をキレイにしておかないと、生まれたお子さんの口の中を

悪化させる原因をより大きくします。

■乳歯や永久歯への影響

お子さんの歯は、実はおなかの中にいる間に乳歯や永久歯は作られ始めています。乳歯のもとになる歯胚と言われるものが顎の中で作られ始めるのが、妊娠7週頃頃からで、妊娠4ヵ月頃から硬くなり石灰化が始まり、産まれる頃には生える準備ができています。永久歯も妊娠4～5ヵ月頃から歯胚ができ始め、産まれる頃に石灰化が始まります。ですから、お子さんの歯が丈夫かどうかは妊娠中のお母さんがバランスのいい食事を摂り健康であるかどうか、乳歯や永久歯に影響を与えと言えるでしょう。

予防策

歯周病に一番効果的なのは歯磨きです。

TVの特集でも歯磨きについて取り上げられたりしますが、番組によって言っていることがまちまちです。最近では食事の直後に歯を磨くのはよくないので30分たってから磨きましよう、というのが流行っていますが、これも諸説あります。そもそもはアメリカでの研究結果から波及したのですが、アメリ

カ人と比べて日本人の口の唾液量は少なく、カルシウムも不足気味なので、食後30分の間での再石灰化は不十分だと考えられます。ですから日本人は30分後に歯磨きを行うようにしてもあまり効果を得られないとも言われています。また、食後の口の中には酸を含んだ食べカスなどが存在し、歯の表面に付着している中でどれだけ効果があるのかも疑問視されてもいます。現状では食後～30分くらいを目安に磨きやすいタイミングで磨けばそれがいいと思います。間違いないのは、バイ菌が活動する前にバイ菌のエサになっている食べカスを取り除いておくことが大事であり、それによってバイ菌の活動を抑制することです。また、食後早い段階で歯磨きを行うことは、食べ物の汚れを落とすのに効果的です。食後の皿洗いを思い浮かべてください。早い段階で皿を洗うのと、時間をおいて皿を洗うのはどちらが簡単に

キレイにできるか、皆さんも日常の経験上よく知っていると思います。「食べ物の汚れは、時間がたつと落ちにくい」ってことですね。早めの歯磨きは優しい力で歯磨きを行っても十分にキレイにすることができます。そこにデンタルフロス(糸ようじ)などの補助的清掃機具を用いると、さらに効果が高まります。歯ミガキ剤はたっぷり付けて、うがいは極力少なめにして、歯ミガキ剤の成分の効果を歯や歯ぐきに多く残すようにした方がいいでしょう。歯ブラシの持ち方や力加減は「ぐっ」と握らず、鉛筆を持つように持つください。その上で優しくマッサージするように当ててください。ストロークはその場で歯ブラシの頭を振動させるように。イメージとしては自分の手が電動歯ブラシであるかのようにすること。詳細は歯ブラシの当てる角度などいろいろありますので、妊婦歯科健診で歯科医に相談されるといいですよ。

妊婦歯科健診へ行く時期

療とリスクは変わらないと言われる一方で、出産直前での歯科治療は胎児へのリスクが高まります。

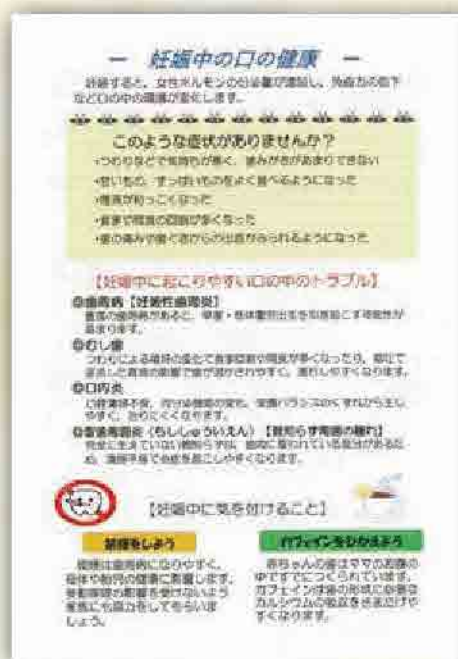
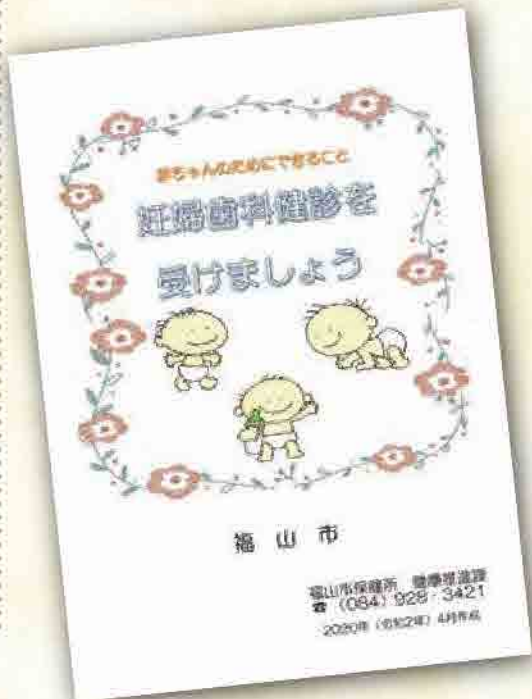
妊娠がわかったらなるべく早く健診を受け、歯科医と相談して口の中の管理を開始することが歯周病の影響を低減させ、口の中の健康維持とともに早産や低体重児出産のリスク軽減に非常に効果的です。

このようなことを知らない周囲の妊婦さんにもこれを読んだ皆さんからお声をかけてくだされば、より多くの妊婦さんが安心して出産を迎えていただけると思います。妊婦歯科健診に関わる全国の歯科医にとっても出産後の笑顔が増えることは喜ばしいことです。で、ご協力いただけたら幸いです。

福山市妊婦歯科健診(プレママ歯っぴい健診)

対象者 : 福山市に住所を有する妊婦
健診費用 : 無料 ※妊婦歯科健診受診票(母子健康手帳別冊)が必要です。
実施場所 : 福山市が委託している実施協力医療機関(要予約)
※当院は実施協力医療機関です。
健診内容 : 問診・口腔内診査・歯科保健指導
持参するもの : 妊婦歯科健診受診票(母子健康手帳別冊)・母子健康手帳・健康保険証
※妊婦歯科健診当日は健診のみを行います。治療については健診医とご相談ください。

福山市子育て支援サイト
歯と口の健康 ～妊娠編～



「福山市子育て支援サイト」より

小池病院のお礼状へ

初めの診察、出産で不安なことが多かったが、
とても丁寧に対応していただき、今日までなんとも乗り越え
ることができました。

特に入院中、上手くて優しい接遇のおかげで心も体の方も
順調に回復し、下ごしらえや何重も病室で見守ってくれました。
とても心強かったです。本当にありがとうございました。

教員としてのアドバイスも活かし、退院後も頑張るつもりです。
思います！

また、清神の方や厨房の方も毎日病室のお掃除、おいしい料理もありがとうございます。
さいます。産後、快適かつ健康に過ごすことができました！
工夫もとてもお持ちくださいました。心強くおかげです。心身ともに元気に
戻りました！ありがとうございました。

また、2人目のことは考え余裕はありますが、もし2人目が……という
ことになれば、小池病院でまたお世話になりたいなーと
思います！

本当はおひきおひきに感謝の気持ちをお伝え
したいのですが、このメッセージカードで代わりに
伝えています。本当にありがとうございました。
本当にありがとうございました。

KOMI

“ありが

とう”



KOIKE Hospital

※ご本人の同意を得て掲載しています。

ハイ！私がお答えします

ANSWER THEME

あなたは日常の診療を通して、疑問を持ちながら何気なくやり過ごしていることや訊きそびれていることはありませんか？このコーナーでは、患者さまをはじめそのご家族の、診療におけるさまざまな質問や相談に、当院の適任スタッフがお答えするコーナーです。

Question

1ヵ月健診が終わりました。これからの乳児健診や予防接種の受け方について教えてください。

1ヵ月健診を終えられたら、生後2ヵ月からは予防接種が始まります。当院の小児科では「特殊外来」として、月～土曜日の午後2:00～3:50に乳児健診と予防接種だけの時間を設けています。生後すぐのお子さまも安心して受診いただけるよう、完全予約制にしています。受診予約は、当院サイトの[インターネット予約]ページからご登録ください(「ご利用について」参照)。ご登録が済みましたら「乳児健診・予防接種 小児科特殊外来のご予約はこちら」を選択し、受診のご希望日でお申し込みください。受診時には問診票を必ずご記入いただきますが、事前にご希望の方は、小児科受付に用意しておりますので、お気軽にお申し付けください。

乳児健診は、お子さまの健康状態を定期的に確認し、相談する大切な機会です。適切な時期にきちんと健診をお受けになれることをお褒めいたします。当院では福山市の母子健康手帳内の別冊の受診券を利用し、1歳までの健診と4ヵ月健診を受けることができます。4ヵ月健診は専用

のページがありますので、ご記入いただき当日ご持参ください。なお、1歳6ヵ月健診と3歳健診は当院では行っておりません。ただし、保健センターなどで、集団で実施をしており、対象の方には福山市から個別にご案内が届きます。詳しくは「福山市子育て支援サイト」をご確認ください。

予防接種は、感染症にかかりやすい年齢などをもとに接種の時期が決められています。とくに、生後2ヵ月から予防接種を受け始めることは、お母さんからもらった免疫が減っていくときに、赤ちゃんがかかりやすい感染症(百日せき、細菌性髄膜炎など)から赤ちゃんを守るためにとても大切です。

Question

受けられる予防接種の種類はどんなものがありますか？

福山市の定期予防接種として実施できるものは、以下のとおりです。すべて当院で接種が可能です。接種費用は無料ですが、対象年齢を経過した場合は自費負担となります。なお、福山市以外にお住まいの方でも広島県内に住民票がある方であれば、広域予防接種制度にて当院で定期予防接種

を無料で受けることができますが、お住まいの市町村で事前に予防接種券の発行手続きをしていただく必要があります。また、広島県外に住民票がある方も予防接種依頼書を持参いただくことにより、一旦窓口での接種費用のご負担は発生いたしますが、還付申請が可能となる場合があります。どちらの場合においても、受診の前に一度お住まいの市町村にお問い合わせいただければと思います。

- BCG
- B型肝炎
- ロタウイルス感染症(当院ではロタリックスを使用)
- Hib(ヒブ)
- 小児用肺炎球菌
- 4種混合(ジフテリア・百日せき・破傷風・ポリオ)
- 2種混合(ジフテリア・破傷風)
- 麻しん(はしか)・風しん
- 水痘(みずぼうそう)
- 日本脳炎
- HPV(ヒトパピローマウイルス感染症)(当院ではシルガード9を使用)

また、以下の任意接種の予防接種も有料で接種が可能です。

- おたふくかぜ
- インフルエンザ

臨時接種の予防接種も実施しています。● 新型コロナワクチン(乳幼児・小児・12歳以上)

予防接種を行うに当たっては、その保護者に対し「母子健康手帳の提示を求めなければならない」という決まりがありますので必ず持参してください。もし予防接種当日に母子健康手帳をお忘れになった場合は、一度ご自宅に取りに帰っていただくか、別日での接種を予約いただくことになります。

ワクチン	対象年齢 (対象年齢内の接種は無料です)	接種時期	間 隔	回 数
BCG(結核)	1歳にいたるまで	生後9ヵ月から8ヵ月にいたるまで	—	1回
B型肝炎	1回目 2回目 3回目	1歳にいたるまで	生後2ヵ月から9ヵ月にいたるまで 1回目終了後、27日以上の間隔をおく 1回目終了後、139日以上の間隔をおく	1回 1回 1回
ロタウイルス	ロタリックス (1価ワクチン) ※出生6週0日後から24週0日後まで ロタテック (5価ワクチン) ※出生6週0日後から32週0日後まで	初回接種は 出生14週6日後まで	1回目終了後、27日以上の間隔をおく 【2回目】 1回目終了後、27日以上の間隔をおく 【3回目】 2回目終了後、27日以上の間隔をおく	2回 3回
Hib(ヒブ)	初回 追加	生後2ヵ月から60ヵ月にいたるまで	接種開始が生後2ヵ月から7ヵ月にいたるまで 初回終了後、7ヵ月以上(標準的には13ヵ月まで)の間隔をおく	3回 1回
小児用肺炎球菌	初回 追加	生後2ヵ月から60ヵ月にいたるまで	接種開始が生後2ヵ月から7ヵ月にいたるまで 生後12ヵ月から18ヵ月にいたるまで	3回 1回
4種混合 (ジフテリア・百日せき・ポリオ・破傷風)	1期 初回 1期 追加	生後2ヵ月から60ヵ月にいたるまで	生後2ヵ月から12ヵ月にいたるまで 1期初回終了後12ヵ月から18ヵ月にいたるまで	3回 1回
2種混合 (ジフテリア・破傷風)	2期	11歳以上13歳未満	11歳	1回
麻しん・風しん混合 麻しん 風しん	1期 2期	生後12ヵ月から24ヵ月にいたるまで 5歳以上7歳未満で、小学校就学前の1年間	— —	1回 1回
水痘 (みずぼうそう)	1回目 2回目	生後12ヵ月から39ヵ月にいたるまで	生後12ヵ月から15ヵ月にいたるまで 1回目終了後6ヵ月から12ヵ月にいたるまで	1回 1回
日本脳炎	1期 初回 1期 追加 2期	生後6ヵ月から90ヵ月にいたるまで 9歳以上13歳未満	3歳 4歳 9歳	2回 1回 1回
HPV (ヒトパピローマウイルス)	小学8年生～高校1年生相当の女子	1997年4月2日～2007年4月1日生まれのHPVワクチン接種が3回完了していない女性	中学1年生	2回 または 3回

福山市子育て支援サイト「福山市の乳幼児等定期予防接種について」ページより引用

Question

予防接種を受ける前後での注意点などはありますか？

予防接種当日に37.5℃以上の明らかな発熱がある場合、風邪などで1週間以内に発熱があった場合は、接種を延期させていただいています。また、水痘(みずぼう

そう)、おたふくかぜに罹られた方は3～4週間、突発性発疹に罹られた方は2～3週間空けてからの接種をお願いいたします。

接種当日の入浴についてはとくに問題ありませんが、注射した部位を強くこすらないようにしましょう。ただし、接種後に体調が悪い場合は無理をせず、様子を見るようにしてください。

私がお答えしました



小児科 医事課主任 松井隆造

医師 小池美緒
日本小児科学会専門医

新型コロナウイルス感染症 流行の反動

あけましておめでとうございます。

昨年5月新型コロナウイルス感染症が感染症法上の位置づけでインフルエンザと同じ5類に変更されたことにより、いろいろなイベントが開かれるようになりました。学校や幼稚園、保育所では、子どもたちが楽しめる行事も増え、家族では出かけたり旅行に行ったりと、新型コロナウイルス感染症が流行する前の日常が戻ってきているのは嬉しいことです。

昨年はいろんな感染症が流行しました。

新型コロナウイルス感染症以外に、手足口病、ヘルパンギーナ、咽頭結膜熱（プール熱）、感染性胃腸炎、そしてインフルエンザ。

例年インフルエンザは12月前後に流行入りますが、昨年は9月上旬から増加しました。特に11月中旬からは感染者数が増加し、休校や学年閉鎖・学級閉鎖が相次ぎ、広島県内で警報が発令されました。感染者数の7割以上は0～14歳の子どもたちでした。

感染者が急増したのは、この3年間、新型コロナウイルス感染症が流行してから感染対策として、手洗いや手指消毒、マスク着用が徹底されたことにより、インフルエンザ感

染者が大幅に減ったことが影響しています。インフルエンザに感染していないため免疫を持っていない人が多く、感染が拡大してしまいました。

ちょうど1年前のレーベンで「薬が手に入らない」ことについて書きましたが、その状況は現在も続いています。数年前に医薬品メーカーの不祥事が相次ぎ、業務停止命令などを受けた影響で薬の供給が難しくなりました。思うように薬が手に入らない状況の中でインフルエンザの流行が拡大したことにより需要が急増したため、さらなる薬不足となり医療現場は今も逼迫しています。

咳止めや痰きり、解熱剤などの薬が不足し、患者さんに渡す薬を見合わせたり量を調整したり、錠剤を粉砕して処方しているところもあります。小児用タミフルが足りないため、大人用のカプセルを外して処方するケースもあります。できるだけ患者さんには必要な薬を処方したいと思っていますが、今までのような処方が難しく、希望を聞くこともできないのが現状です。

皆さんにはご迷惑をおかけいたしますが、現場の状況をご理解いただき、感染症にかからないよう、手洗いや手指消毒、マスク着用などの感染対策、症状があるときは登園や登校を控えるなど、お願いしたいと思います。

歯科医師 小池秀行
日本補綴歯科学会専門医 歯学博士

虫歯予防に「シーラント」 —お子さんの歯を守る—

お子さんに歯磨きをしっかりさせているつもりでも、奥歯の歯の溝の部分などはキレイに掃除しにくく、この溝の部分が、汚れが溜まると虫歯になりやすい場所です。

シーラントとは、奥歯にある歯の溝（子どもによっては前歯の裏の溝も対象となります）をプラスチックで物理的に埋め立てる処置になります。

歯を削ることなく埋め立てるため低年齢から行え、埋め立ててしまえば汚れは溜まりにくくなり、掃除もしやすく虫歯になりにくくなります。シーラント材にはフッ素が含まれているものがあり、歯の表面を硬くしてくれる効果もあります。シーラント処置を行った歯は、していない歯に比べて虫歯予防の効果は4年以上で約60%もあるといわれています。更にフッ素塗布による予防と併用することで虫歯予防の効果が増加するとされています。

シーラントは虫歯治療の時のように歯を削っているわけではなく、溝の部分に一層流し込んで固めているだけなので、取れたり欠けたりすることがあります。

取れたり欠けたりした部分は、また埋め立てればいいのですが、放置したままにしておくと、シーラントが欠けた部分と歯との段差部分に汚れが溜まり、そこが虫歯になる場合

があります。

シーラントが覆っている歯の溝の部分に比べれば段差は僅かと思われるかもしれませんが、しっかりメンテナンスをして段差のない状態を保つことが予防効果を高めます。定期検診などでの確認を推奨しています。

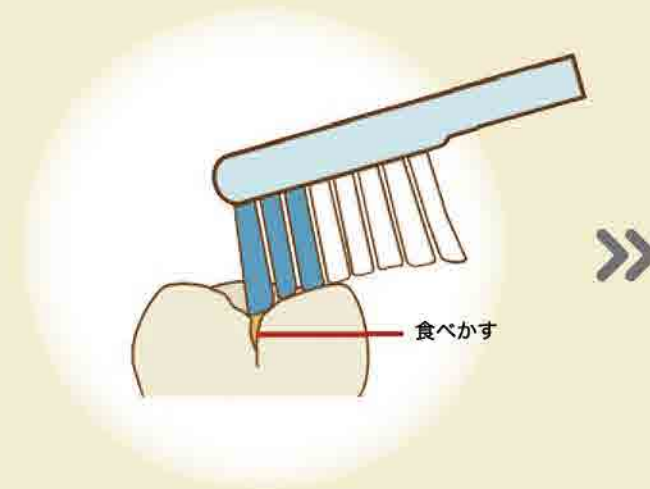
シーラントを行う時期

- 3～4歳頃 一人で診療台に座れるようになる頃で、乳歯の奥歯が生えてくる時期
- 5～6歳頃 永久歯が奥から生えてくる時期
- 12歳頃 一番奥の永久歯が生えてくる時期

生えたての歯は軟かく、虫歯になったときの進行が大人の歯よりも早いので、大人以上に虫歯に対する予防を考える必要があります。

シーラントで物理的に溝を覆ってしまえば、歯磨きが苦手な子どもでも虫歯になりにくくなります。

フッ素塗布だけでなく、シーラントでも虫歯予防を始めませんか？



イラスト：歯科素材.COMより



助産師
橋本充央
MIO HASHIMOTO

今回は助産師の橋本さんです。
まずはいつもながらですが、ご出身はどちらですか？

岡山県です。大学は関西でしたが、就職に合わせて地元へ戻りました。学校を卒業してからは、助産師として最初から小池病院にお世話になっています。

ちなみに子どものころの夢は何でしたか？

中学生の頃から看護師の母に憧れて、看護師になりたいと思っていました。母から、助産師という仕事があることを教えてもらい、生命の誕生に立ち会いたいと思い、助産師を目指すようになりました。

目指された助産師になられてよかったと思うことは…

とても責任のある仕事であり、怖い思いをしたり、自分の無力さに涙したりしたことも多くありましたが、無事に赤ちゃんが元気に生まれて来てくれることが、何よりものやりがいです。最近では「二人日や三人日の出産で来てくださった妊婦さんから、「上の子を取り上げてもらいました！」とか「覚えてます！」などと声をかけていただくこともあり、頑張って、助産師を続けてよかったなあと思います。嬉しくなります。また、出産直後だけでなく、1ヵ月健診などでお会いし、赤ちゃんがとてもよくぶくして大きくなっている姿を見ると、とても微笑ましくなります。毎日癒しを貰っていますね。



ところで、今年ご結婚をされましたが、いかがですか。

職場の方々はとても温かいスタッフばかりで、結婚したときは多くの方からお祝いの声をいただき、とても感謝しています。時間があると、二人とも車が好きなので、よくふらっとドライブに出かけたりして、一人では経験できなかった楽しさを実感しています(笑)。仕事と両立しながら、家事も頑張っています。

先ほど職場のスタッフのお話しが少し出ましたが、小池病院評はいかがでしょう？

産婦人科だけでなく、小児科や歯科もあるため、妊婦健診だけでなく、小児科でのワクチン接種、歯科健診など、継続的なサポートを行わせていただけるところが良いと思います。お母さんは小児科の先生と、産後の入院中にも会われているので、安心感につながっていると思います。何よりも明るく笑顔のスタッフが多いことが当院の自慢ですね。出産においては、陣痛中や産後の痛みでしんどいこともあると思いますが、私たちはできるだけ多くサポートできるよう、患者さんとの関わりをとても大切にしています。それと、出産後はおいしい食事やエステのサービスも受けられて、入院生活を快適に過ごしていただけていると思います。昼食後にはデザートも出るので、いつもおいしそうと眺めています。話がそれました(笑)。

当院のアピールポイントなどもあればお願いします。

現在、当院ではInstagramを始めていて、病院内での様子やお食事など、たくさん投稿していますので、是非ご覧いただければと思います。

ありがとうございました。



TOPICS

トピックス

ドクター紹介

田村明彦 (たむらあきひこ) 先生が
12月より診療に加わりました。



皆さま、こんにちは。

私は昨年12月より勤務させていただいています。

当院の理念に基づき、患者さまに安心していただける医療の提供を心掛け、また、楽しく勤務できればと思っています。

どうぞよろしくお願いいたします。

プロフィール

1957年11月2日生まれ
神奈川県横浜市出身

宮崎大学医学部医学科卒
九州大学医学部産婦人科入局
(福岡赤十字病院、佐世保共済病院など)
日本鋼管福山病院、八尾徳洲会総合病院で勤務
産婦人科専門医
臨床研修指導医

エステサービス

当院からのスペシャルプレゼントとして、お産疲れを癒していただくために「エステサービス」をご提供させていただきます。

エステティシャンによるフェイス&フットのトリートメントで至福のひとときをお過ごしください。

当院4Fの「エステティックサロン」がお待ちしております。

