

# 歯っぴいタイムス

No.002

歯っぴいタイムス 第2号  
発行/ (社)厚木歯科医師会  
発行日/平成19年4月1日  
TEL 046(224)6081  
HPアドレス  
http://atsugi-dental.or.jp/



## よい歯でいきいき8020



安藤 要さん(88歳)

大正8年10月10日生まれの

安藤要さん、厚木市戸室在住で、今年88歳の米寿。安藤さんの朝は早い。自転車にまたがり近くの畑に。妹さんと協同で300坪以上を耕し、育てているのは無農薬野菜。耕運機などは使わない。鋤で耕し、なるべく体を使う事を心がけています。野菜は家族では食べきれないから余れば近所におすそ分け。こんなことが出来るのも、体がいたって頑健だから。健康がなによりと感謝の毎日をおくる安藤さ

んです。

昭和14年12月、安藤さんは招集されて甲府49連隊から中国河南省に。2年後満蒙に出征。食料は乏しくたいへんな辛酸を舐めた経験はとも忘れられるものではありません。あるとき上官の強烈なビンタを浴びて奥歯が口から飛び出ってしまったほど辛い思いをしたこともあったそうです。そのころの戦友に会うのが



楽しみでしたが、もうほとんどいなくなってしまうました。安藤さんには今ふたつの楽しみがあります。それは、定年退職した日産横浜工場のかつての仲間たち、それに自治会活動で苦勞した仲間たちそれぞれと旧交をあたためることがひとつ。もうひとつは戸室小学校で生徒達に自身の戦争体験を語ることです。

蒙古から帰ってからは、東京を守る目的で派遣された伊豆大島で終戦をむかえることとなりました。このとき軍隊手帳は没収される決まりでしたが、軍隊生活での我が分身のような愛着があつて、軍靴の中に隠し持って帰ってきた

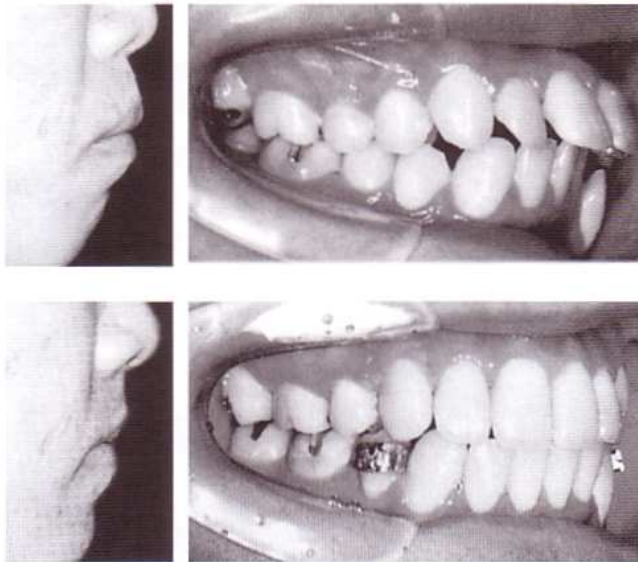
のでした。この手帳を元にした生々しい悲惨な体験を、生徒たちは固唾を飲んで聞いてくれます。二度と起こしてはならない過ちは、子供たちの胸にいつまでも残っていてくれるものと安藤さんは信じています。

さて安藤さんは若い頃からほとんど病氣知らず。いつも元気に、にこにこお暮らしです。その秘密は米寿にして自分の歯は20本以上そろっていつでもバリバリ食べられることにありそうです。



# 美しさと健康

考えてみませんか  
口元の美しさ



隠しては暮らせない人の顔

顔についてちょっと考えてみましょう。社会を構成する一人ひとりを特定するのは私たちの顔が最も一般的です。顔以外の身体は隠すことが基本です。

顔は表情豊かですし、顔はその個人の指標なのです。その色々な指標を持った個人が自由に个性的に社会参加する事で人々はいきいきとします。しかし、社会には法律以前に日常生活における基準があり

ます。「真・善・美」とは良く

言われることですが、社会的には徳があると言われその代表的な基準と言いつつよくいじょう。「真・善」はともかくいいで言う「美」とは「心地よさ」という意味に解釈します。

## 顔の1/3は口元

そもそも歯あるいは口元は顔の三分の一を占めることから、歯科は他科に比較して歴史的にも社会心理学的要素が大きいと言われています。ま

上は術前、下は矯正治療後。口元のリラックスと審美的の向上に注目!

た、歯が硬い成分から出来ている事から整形しやすいなど「心地よさ」を演出しやすい事も関係しているかもしれない。さて審美歯科ですが、今述

## 歯のトリビア

歯周病に悩んだ

アメリカ大統領



1ドル紙幣の初代アメリカ大統領ジョージ・ワシントン(写真)はほとんど歯を失ったため、口に

綿を入れて描かれたという説があります。

彼は20歳代から歯周病に悩まされ、晩年には自分の歯が一本しかなく、木製の入れ歯を使っていたそうです。大統領選挙で三選の立候補を諦めたのは入れ歯の調子が悪かったためということです。若いうちから歯を大切にしましょう。

べたように社会心理学的要素と「心地よさ」が融合して出来た歯科の一分野という事が出来ず。

## 大切な口元のリラックス

写真は出っ歯のため口が閉じられず、口元が歪んでいる状態です。ここで注目して頂きたいのは「形」ではなく「筋肉の緊張感」です。本来私たちの筋肉は動くことを基本にして作られており、停止した緊張状態はよほどの緊急で安

全性が問題になる状況が起きた時だけです。

攻撃的に睨みつける人の顔には緊張があふれています。

これと対照的なのが「筋肉の弛緩」です。代表的には「笑い」です。口元のスマイルは社会参加しようとするサインです。

## 審美に大事な形と機能の調和

審美歯科は単に形だけを整える分野ではありません。筋肉のバランスを得た「心地よさ」が大切といえます。

# 厚木市歯科保健センター 障害者歯科診療のご紹介

厚木市歯科保健センターでは、いろいろな障害をお持ちで、一般の歯科診療所では診療を受けることが困難な方の歯科治療を行っています。

以前から行われていた休日歯科診療に加えて、平成七年から障害者歯科診療を歯科保健センターにて開始しました。(社)厚木歯科医師会が管理運営し、スタッフ数や診療時間に余裕を持った体制で、静脈内鎮静法をはじめ、安全でより高度な歯科診療と口腔保健指導を行っています。



正面玄関

### \*診療案内

◆障害をお持ちで、歯科診療に困難を伴うと思われる方、障害がなくても、特殊歯科診療や静脈内鎮静法が必要な方

◆静脈内鎮静法が必要な歯科診療とは、高度障害、精神発達遅滞、脳性麻痺のほか、高血圧、強度の歯科恐怖症や嘔吐反射でお悩みの方も対象になりますので是非、ご相談ください。

◆より高度な障害をお持ちの方は、当センターより二次医療機関にご紹介いたします。

### \*診療体制

担当医制を採用しており、歯科医師3名(鶴見大学歯学部障害診療科から派遣医1、2名と歯科医師会会員協力医)、歯科衛生士4名、受付事務1名となっています。

当センターへの通院には、無料送迎車もご利用いただけます。(厚木市・愛川町・清川村に限る)車椅子も対応いたします。ご希望の方は診療申し込み時におたずねください。



手をしっかり握って

## 案内図

★小田急本厚木駅  
北口より徒歩10分



厚木市歯科保健センター 〒243-0018 厚木市中町1-8-12

電話 046-224-6081 FAX 046-221-7673

http://www.atsugi-dental.or.jp/

診療日 火・木曜日 休診日:祝日・年末年始・夏休み

診療時間 午後1時30分~5時

受付時間 月~金曜日 午前10時~12時/午後1時~4時30分

予約受付 厚木市歯科保健センター 電話046-224-6081

# 歯から始まる健康ライフ

## 〈タバコをやめてアンチエイジング〉

### タバコは歯周病の最大の危険因子

2002年に亡くなった人の死因の第1位はガンであり、そのなかでも肺がん死亡者は年々増え続けていて、1993年以来、ガンの死亡率1位の座を占めています。

ほとんどの方が「そんな話ほもう聞き飽きたよ」と思われるかもしれませんが、では「タバコは歯周病の最大の危険因子である」ということは御存じでしょうか。実はこのことはWHOが提唱していることです。さらに、「喫煙はあらゆる疾病の原因のなかで、



写真1 非喫煙者48歳 健康な歯と歯茎を保持

予防可能な単独、唯一の原因である」と言っています。

歯周病になる原因は、何も喫煙だけにあるわけではありません。食生活や生活習慣も作用します。しかし、喫煙は、他の全ての生活因子を合わせたよりも大きな影響があるとされています。禁煙によって生活習慣改善の効果がより大きくなるということです。

### 喫煙は歯茎の血行不良からこわい歯周病の誘因に

毛細血管が収縮すれば、血液の流れが悪くなり、歯を支えている歯槽骨や歯肉に十分

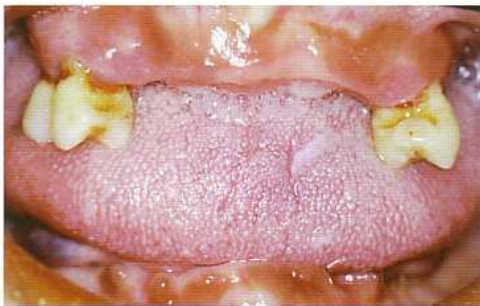


写真2 30年超の喫煙者48歳 残存歯わずか3本

な栄養を届けることができせん。また、細菌と戦う白血球やリンパ球が活躍できなくなるため、歯周病菌の進入を防ぐことができなくなります。慢性的に血液の供給が悪い喫煙者は、歯周病が進行しやすく、しかも治りにくいのです。

### 喫煙者と非喫煙者ではどれくらいの差があるのか

まず、同年齢での比較をご覧ください。写真1は48歳男性です。喫煙習慣がなく、むし歯や歯周疾患に全く罹患していません。非常に良い状態を維持しています。写真2は、

同年齢の女性です。喫煙歴が30年以上あり、次々と歯を失い現在では上顎に3本を残すのみとなりました。この状態で入れ歯を作りましたが、わずか1年半で残っていた3本の歯も失い、50歳で上下総義歯となってしまいました。また、写真3・4は同一人物(喫煙者)の13年後の状態を示し

たものです。歯と歯の間が広がり歯を支えている歯槽骨がなくなっており、かなり悪化しています。

### あなたも禁煙でアンチエイジングを

歯を失う大きな原因の一つが、歯周病です。歯を失わなければ、写真1の方のように、若々しく健康的でいられます。歳をとったら歯がなくなるのは仕方がないというのは、もう過去の話です。タバコをやめて、あなたもアンチエイジングを実践してみませんか。



写真4 喫煙13年後



写真3 左と同一人