

✦ ご挨拶

今年の紅葉は寒暖差が激しかったせいか、とても綺麗なものでした。いよいよ落葉となり、雪吊りの冬仕度を迎えています。向寒の折、皆様くれぐれもお身体を大切にお過ごし下さいますようお願い申し上げます。

✦ 歯周病でお悩みの方へ・・・

ご存知でしたか？現在の日本では糖尿病と糖尿病予備群の合計は 2,050 万人、実に国民の 5 人に 1 人が該当すると言われていたことを！（厚生労働省「2012 年国民健康・栄養調査結果」推計）そして糖尿病の場合、「血液循環や免疫力の低下が生じるため、特に歯周病になりやすい」のです。

先日 2 年半ぶりに来院された男性患者さん（80 才）も、40 代の頃から糖尿病の既往があり、ずっとお薬を服用されていました。大変腕の良い職人さんですが、自営業ですから、やはり仕事上の疲れやストレスは常にあったのだと思います。この患者さんが来院される時は大抵、歯周病の急性発作（歯ぐきの腫れ・痛みなど）を伴っていることが多く、糖尿病の進行と共に歯周病も悪化していきました。その他にも高血圧や高脂血症・腎臓病なども患われ、どんどん服用薬も増えていき、糖尿病のコントロールが難しくなっているようでした。

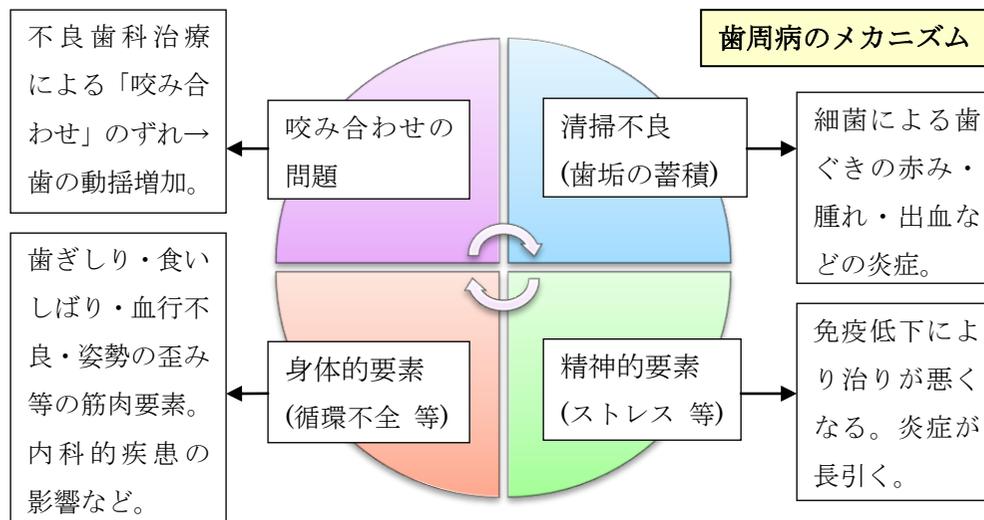
今回久しぶりに「咬みにくくなってきた」という主訴でご予約をいただいた時、歯周病が更に悪化しているのだろうと予想していました。

お口の中を拝見すると、確かに奥歯はグラグラで、咬んだらすぐにでも抜けそうな歯が 2 本あります。これではさすがに咬みにくいはずですが、しかし、それ以外の全体的な歯ぐきは、以前よりずいぶん良い状態になっています。歯ぐきからの出血量が減少し、どす黒く澱んだ色だったはずの歯ぐきが、ピンク色に変化してきているのです。この患者さんの今までの経過では、とても考えられない変化です。不思議に思い、お話を伺ってみました。すると、次のような回答が返ってきたのです。

1	高齢で後継者がいない為、家業を 10ヶ月前に廃業	疲れやストレスの軽減
2	廃業を機に、家を新築した	環境の変化
3	食を含め、規則正しい生活を送れるようになった	健康に対する意識の向上
4	親子 3 人で楽しく暮らしている	前向きで穏やかな暮らし
5	自分の趣味を楽しむ余裕ができた	生きる意欲の高まり

相変わらず服用薬も多く、糖尿病の方は「人工透析一步手前」の状態だということでしたが、環境やストレスの改善により、明らかに歯周病の進行が抑えられています。私の歯科治療の臨床経験から見ても、本当に驚く症例でした。

いかがでしょうか？このことから、病気は医者や歯医者が治すばかりでなく、患者さんの置かれた環境や精神力が、病気を良くもすれば悪くもする、良い例ではないかと思いました。歯ぐきの状態（色・形）は、「現在のあなた自身の健康度を知ることができる」数少ない場所です。いわば、健康度を測るバロメーターともいえましょう。今一度、ご自身の生活を振り返ってみませんか？あなたも、歯周病の進行を抑えられるかもしれません。



(このニュースレターに関する皆様からのご意見・ご感想などをお寄せいただければ幸いです。)