

とちぎ歯の健康センターだより

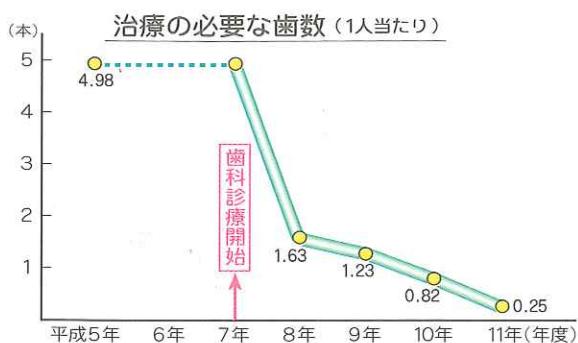
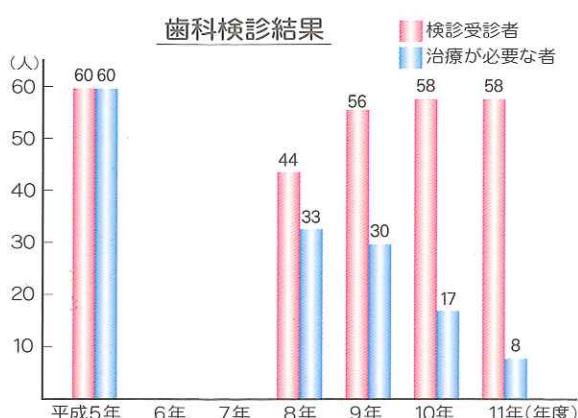
No.7
2000
12月1日発行

日本人の寿命と歯の寿命
幼稚園児の7割がむし歯！

障害者歯科診療所〔せせらぎ学園〕
巡回歯科診療／センター事業案内

栃木県・栃木県歯科医師会

障害者歯科診療所



▲ Aさん
ひとりで歯みがき



▲治療中



▲待合室でポーズ

指導員の声

せせらぎ学園は障害の程度が違っても、園生全員が口から食物をとり、自力で排せつできるようにしています。食生活の最初である口の中を大切にしようと力を入れ始めたのが5年前です。初め園生は歯医者さんが嫌い、治療ができない、歯磨きを嫌がる、また職員も歯磨きの必要性の理解に乏しいなどの問題がありました。しかし知識と実践のバランスをふまえてがんばり、2年を過ぎるころからは解決に向かい現在にいたっています。これからも各方面的協力を得て口腔ケアにつとめたいと思います。とちぎ歯の健康センターが大好きな学園生をこれからもご指導ください。

(せせらぎ学園指導員・松野明美さん)

当診療所には年間約4,000人の患者さんが来院しますが、その半数は施設に入所されている方々です。平成6年開設以来6年6ヶ月間で、すでに県内46施設の2,548人が利用されました。

今回は当診療所で積極的な治療を行い、施設においても日常の徹底した予防管理を実践し、口腔衛生面で大変な成果をあげた精神薄弱者更生施設「せせらぎ学園」をご紹介します。

「せせらぎ学園」との経過

【平成5年】

巡回バス診療の予備調査のため園生60人に歯科検診を実施。園生(男:31、女:28、検診不可:1)の平均年齢は31.3歳で、1人あたり4.9本の要治療歯があり、全員に歯科治療が必要と診断されました。

【平成7年1月】

巡回バスによる4回の施設訪問診療では園生14人の治療を行いました。この時、Aさん(要治療歯19本)は治療に対して非常に抵抗を示し、バスでの治療は困難なため、とちぎ歯の健康センター診療所に来院することになりました。

【平成7年3月】

Aさんが男性指導員2人、看護婦1人に付き添われて当診療所に来院し治療を開始しました。当初は抵抗も見られましたが、3回目には抑制する必要もなく、本人と会話をしながらの治療も可能となり、治療が終わると歌を唄ったり、得意なポーズを見せてくれるようになりました。

このAさんの変化がきっかけとなり「せせらぎ学園」の本格的な歯科治療への取り組みが始まりました。以後、週1~2回の割合で毎回数人に診療を行い、全園生の治療終了後は、年1回の定期検診で口腔衛生のチェックをしています。

また、「せせらぎ学園」では毎日の歯磨きを徹底することで、表のような明らかな結果を得ることができました。現在は虫歯の再発防止および歯周病予防の指導管理が主な治療内容となっています。



▲3種の歯ブラシを使い分け



▲畳で寝かせみがき



▲全員歯みがき

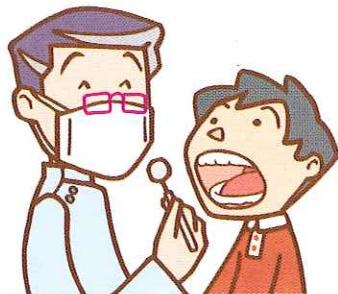


▲洗面所

平成12年度にはせせらぎ学園の他、氏家コロニー(氏家町)、大和久学園(西那須野町)、喬晴院(宇都宮市)、皇海荘、第二皇海荘(足尾町)、真純乃園(宇都宮市)、美里学園(益子町)が定期的通院治療、予防管理を当診療所で行っています。

巡回歯科診療

歯科巡回診療バス「ルリちゃん号」で、県内の
へき地・福祉施設の巡回診療を行っています。



展示コーナー

センター2階には、歯に関するパネルや模型の展示コーナーがあり、歯磨きチェック・
口臭チェック・口の中の細菌観察・パソコンゲームなど体験しながら、口腔ケアについて
学ぶことができます。また、パネル等の貸し出しも行っています。

視察・研修会

センターでは、県民を対象として、視察への対応や歯についての講習会・実習を行う研修を行っています。
また、歯科医療関係の研修会も開催しています。



永久歯対策事業

要請のあった県内の保育所(園)・幼稚園の児童と保護者等を対象として、歯科衛生士が「6歳臼歯の重要性」について歯科保健指導を行っています。

また、市町村からの要請に基づき、とちぎ歯の健康センター歯科衛生士が歯科保健対策事業に関する企画等の際の相談等も行っています。

これらの事業及び歯科衛生士の派遣に対しての料金はかかりません。

平成12年度実施施設(市町村別)

へき地巡回診療

栗山村…栗山小学校
川俣中学校
烏山町…烏山東小学校
馬頭町…大内小学校
小砂小学校
南那須町…下江川中学校
江川小学校
愛和苑(老)
大和久育成園・学園(障)

施設巡回診療

(老)…老人施設
(障)…障害者施設

宇都宮市…はりがや(老)
鹿沼市…さつき荘(老)
真岡市…真岡ハートヒルズ(障)
茂木町…ききょうの里(障)
大平町…もくせいの里(障)
佐野市…とちのみ学園(障)
岩舟町…すぎのこ学園(障)
氏家町…氏家コロニー(障)



口腔衛生指導啓発事業

県内の障害者施設に歯科医師・歯科衛生士が訪問し、歯についての講話や検診・歯磨きの指導を実施しています。

平成12年度は、6施設で実施します。

予防歯科

県で実施している乳幼児2次健康診査や親子教室に、とちぎ歯の健康センターの歯科衛生士を派遣し、歯科保健指導を行っています。



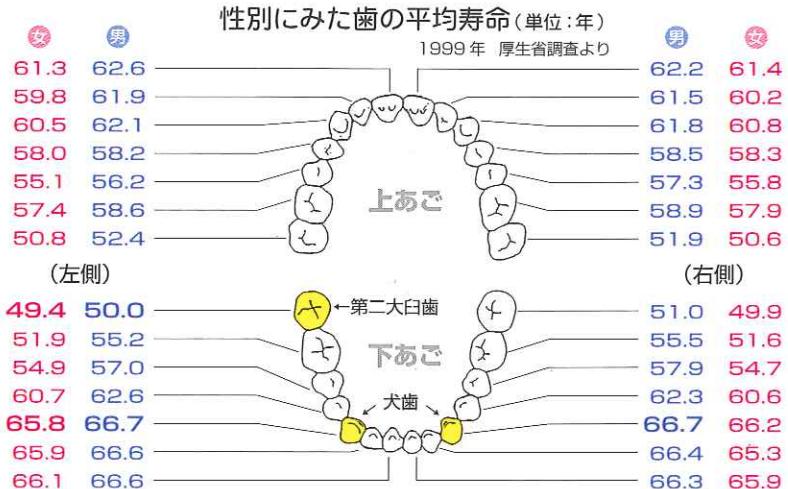
上記事業を希望される方は、当センターにご連絡ください。☎028(648)6480 ムシバゼロ

日本人の寿命と歯の寿命

近年の日本人の平均寿命は、男性は77.10歳、女性は83.99歳(1999年調査)です。

ところが、歯の寿命(1999年厚生省調査)は、一番長い歯で、男性では左右下犬歯で66.7年、女性では左下犬歯で66.2年、一番短い歯は男女とも左下第二大臼歯で、男性50.0年、女性49.4年と、平均寿命よりも短いのが、実情です。

毎日何気なく磨いている歯磨きを、ここで一度見直しては、いかがでしょうか。



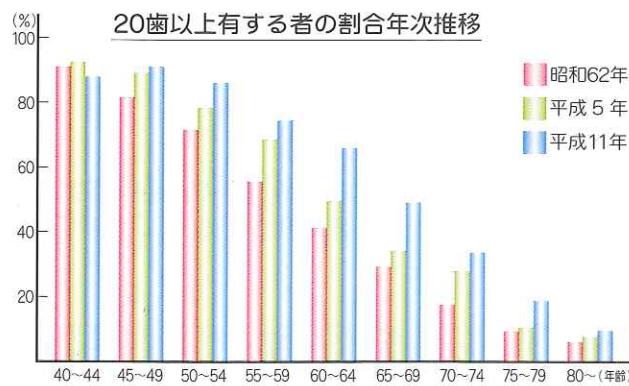
《80歳まで20本以上の歯を保つために》

厚生省と日本歯科医師会では80歳になっても健康な歯を20本残そうという「8020運動」を展開しています。

下のグラフは、厚生省の調査(全国)をもとに20本以上の歯を持つ人の割合を示したものです。

1999年の調べでは、70歳代後半で17.50%、80歳前半では13.0%、**80歳で自分の歯を20本以上持つ人の割合は、15.25%**と推定されています。

また、平成12年3月に栃木県で実施した調査では、**75歳以上(75~82歳まで)で、17.30%**でした。



それでは、なぜ20本以上自分の歯を持っているといいのでしょうか?

自分の歯で、なんでもおいしく食べられることは、しあわせな老後をおくるために必要なことです。「年をとると歯は抜けるもの」とあきらめないで、1本でも多く自分の歯を守るために、まずは自分の口の中に関心をもつことからはじめましょう。

高齢者になつても健やか生活を送るために、
自分の口腔状態にあった歯磨きと
専門家によるプロフェッショナルケアを……

人間の脳はよく噛むことで活性化する

ものを噛むためには25以上もの筋肉を使うため、頭への血のめぐりが良くなり、脳の働きが活発になります。好き嫌いをなくし、感覚すべてを使って食事を楽しむことでも脳は活性化します。最近の研究によると、良く噛むことで出てくるだ液には記憶力や知性を高めるホルモンが含まれていることもわかっています。

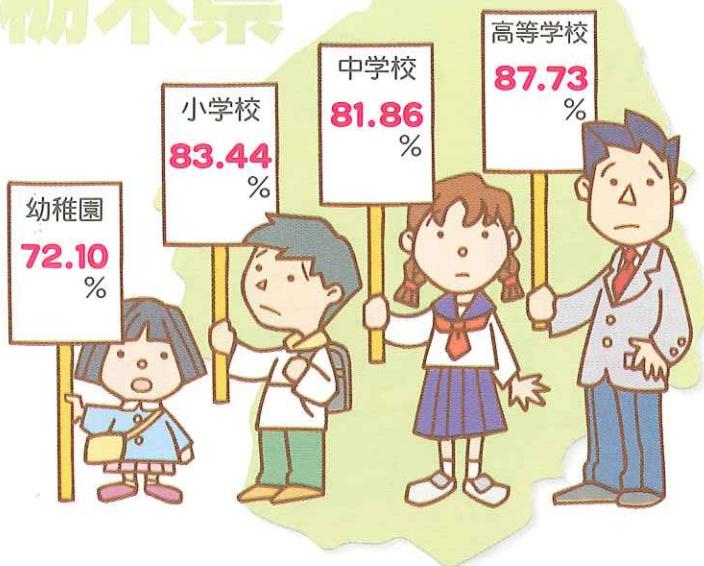
食べるためには必要な歯の本数のめやす



《幼稚園児のケ割がむし歯!》

栃木県

《むし歯の有病者率》



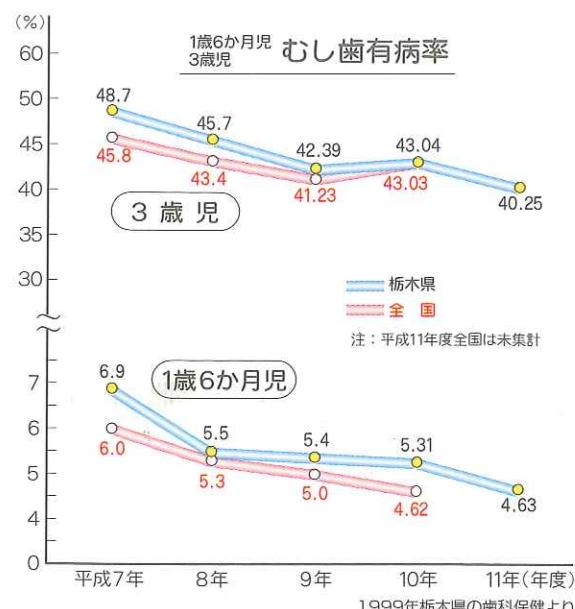
全国



1999年学校歯科保健法による健康診断の結果より

どの時期にあっても栃木県は、全国よりも高い数値となっています。また、この調査結果から、幼稚園に入る前からのむし歯予防が必要なことがわかります。

では、もっと低い年齢の子供たちでは、どうでしょうか。



3歳児むし歯有病者率(市町村別)

平成11年度 3歳児健康診査結果



1歳兪健診・3歳児健診の結果から見てみましょう。どの年度も、1歳兪から3歳児になる間に急激に増加しています。

右図は、3歳児健診の市町村別むし歯の有病者率です。

むし歯予防は、早い時期からこころがけ、保護者の方々または子供たち本人に、実践してもらうことが大切です。

クイズ

耳よりな歯なし



よく噛むと()がたまらない。

上の()の中にはまる言葉の番号を入れて下さい。

1. 目ヤニ
2. 耳アカ
3. 鼻クソ



「な・る・ほ・ど 保健指導」より引用



正解は2の耳アカです。

読者の皆さん、人さし指を耳の穴に入れて、顎を動かしてみて下さい。顎が動いているのがよくわかるはずです。その部分がよく動くので耳の穴の自浄作用が高まり、耳アカがつきにくくなるのです。よく噛んで食べている子は耳アカがたまりにくくなり、あまり噛まない子は自浄作用が働く耳アカがよくたまるそうです。

とちぎ歯の健康センター

利用のご案内

028(648)6480

開館時間

- ・障害者の歯科診療 — 午前9時～12時
(予約制) — 午後1時30分～4時30分
- ・歯科相談・指導
(電話・来所) } 午前9時～午後4時30分
- ・展示コーナー }

休館日

土・日・国民の祝日
年末・年始(12月28日～1月4日)



発行責任者

とちぎ歯の健康センター 代表者 新井 武
宇都宮市一の沢2丁目2番5号 TEL 028(648)6480

印刷所／(有)正栄社印刷所 宇都宮市下砥上町1438 TEL 028(648)3624