

# ぱるす

発行日 2005年 10月25日 第19号

発行 札幌歯科医師会立口腔医療センター

〒064-0807札幌市中央区南7条西10丁目

TEL (011)512-9497 FAX (011)511-2272

<http://www.dnet.or.jp/center/>

E-mail omc-s@dnet.or.jp

発行人 菊田浩一 発行責任者 鶴岡一彦



**口腔医療センター障害者診療部は、昭和57年12月に開設以来、  
もうすぐ23年経ちます。**

**これからも、センターと長いお付き合いを！**

口腔医療センター障害者診療部 副部長 山口 令

今回、「ぱるす」の原稿依頼を受け、頭に浮かんだ一人の青年の事を書きたいと思います。彼との最初の出会いは18年前、当時8歳の歯磨きが苦手で歯医者嫌いの障がいのある男の子が、虫歯だらけになって私の診療室にやってきました。お母さんも協力的でなんとか治療は完了するのですが、リコールはいつも途中で挫折してしまい、久しぶりに来院すると、また虫歯という繰り返してました。そんな彼が4年前、22歳の青年となり自分の健康保険証をもって来院しました。

11本の虫歯の治療が必要な事、汚れがひどいので治療前に毎回10分間、自分で歯磨きをする事を素直に受け入れてもらい、来院の度に自分の電動歯ブラシで磨いてもらっているうち、びっくりするほどきれいに磨けるようになりました。虫歯の治療が完了して、いつものように「毎月、歯磨きの練習に来ない？」と尋ねると、初めて自分の意志で「来てもいいよ！」言ってくれました。彼が来院したらすぐ手鏡を渡して自分が納得するまで磨いてもらいその後、こちらで仕上げをして、それから近況報告をしばらく聞く、そんな月に1度のお付き合いが4年になります。

お母さんから、家ではいまだに歯磨きをしないのに、毎月の来院を本人が楽しみにしており、この数ヶ月は来院する日だけは仕事場で昼食後にも歯磨きをするようになったと聞くと、こちら嬉しくなってしまう。そんな彼とこれからも長いお付き合いが出来たらと思っています。

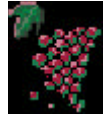
口腔医療センターでは、開設当時からのとても長いお付き合いの患者さんがたくさんおられます。担当医に常勤のいない分、スタッフと患者さんあるいはご家族が大変密接にかかわって、信頼関係が確立されて長続きしているのだとおもいます。

私はセンターの担当医になって12年になりますが、その間にセンターも随分変わってきたように感じます。昔は、抑制具を使いながらみんな汗だくになって野戦病院のごとく、治療に追われていましたが、時間的に以前より余裕も出来、患者さんの成長も伴ってなるべく抑制具を使わない治療へ、さらに治療から予防中心へとシフトチェンジされてきたと思います。また、土曜日の午後の担当医が3ヶ月から6ヶ月交代に変わり、同じ患者さんを担当する機会が増えたので、なじみの患者さんもでき、家族とのコミュニケーションもとれるようになりました。これからも、センターとの長いお付き合い、よろしくお願ひします。



**さっぽろ歯っぴいらんど2005開催inサッポロファクトリー**

- 「健康な歯・口と食のむすびつき」をテーマに楽しく学ぶ体験型イベント -



みなさんは「6月4日」が何の日かご存じですか？

「ばるす」をお読みになっているみなさんからは「そんなのわかってるよ！」という声が聞こえてきそうですが、6月4日はむしの語呂合わせから、いわゆる「むし歯予防デー」と言われています。また、6月4日から10日迄の1週間を「歯の衛生週間」として、様々な歯に関する啓発イベントが全国的に実施され、札幌においても「さっぽろ歯の衛生週間」と称して昭和40年より開催されており、今年でちょうど41年目を迎えたところです。

41年目を迎えた今年は、5月28日(土)サッポロファクトリーアトリウム広場において「健康は歯と歯ぐきから」をメインテーマに、参加者が見て・聞いて・学んで・楽しく参加できることを目的とした体験型イベント「さっぽろ歯っぴいらんど2005」を開催し、たくさんの親子連れなど約12,000人の市民が訪れ、大きな賑わいを見せておりました。

参加者には歯のことについて楽しく体験いただき、学んでもらうことをコンセプトにステージでは、子どもたちに大人気のミッフィーと歌のおねえさんによるショーをはじめ、北海道歯科衛生士会札幌支部の皆さんによるブラッシング指導やアンパンマンの歌に合わせて楽しく学ぶ歯のパペットショー、HTBのキャラクターでおなじみの「onちゃん」といっしょに答える歯の健康×クイズなど、様々な口腔啓発を図るためのイベントが途切れることなくステージ上にて繰り広げられ、会場内は常に大きな盛り上がりを見せておりました。

また、「健康な歯・口と食とのむすびつき」の観点より、本事業の趣旨に賛同しご協賛頂いた北海道牛乳普及協会による、クイズコーナーや牛乳無料試飲コーナー「まぜまぜミルクスタンド」も好評で、準備された1,500杯の牛乳があっという間になくなってしまいうほどでした。

ステージ前では体験型コーナーとして「歯の宝島広場」を展開し、歯の健康相談(健診)や歯科ドック(口臭測定、かむ力のテスト、むし歯菌テストなど)が行われ、当日は約6割から7割の市内小学校において運動会が開催される中、各コーナーへの来場者に不安を抱えながらのスタートでしたが、開場と同時に各コーナーには長蛇の列が出来るほどの盛況ぶりで、各コーナーには合わせて4,500名を超える参加がありました。

また、80歳以上で歯が20本以上ある方を対象におこなった「8020表彰」には45名の参加者があり、健診を行った後、口腔センターの中澤部長より摂食・嚥下などについての講話が行われ、参加者全員が熱心に耳を傾けておりました。今年度は昨年の札幌市民会館とはひと味違ったイベントとなりましたが「歯科のお祭り」の雰囲気良く出ていて、成功裏に開催できたものと思っております。来年は今年以上に楽しい企画で市民の方々にたくさん来場頂きたいと思っております。

ばるすをお読みのみなさまも来年は是非とも本イベントに参加頂き、歯の事について楽しく学んで頂ければと思っております。

札幌歯科医師会事務局総務課長 平田 学



さっぽろ歯つぴいらんど2005に 口腔医療センターも参加！！



企画研修部 部長 中澤 潤



「さっぽろ歯つぴいらんど2005」ではいろいろなイベントが催されました。今回センターは80歳以上で歯が20本以上ある方を対象に行なった「8020表彰」の後の講話を担当することになり私が行ってまいりました。

タイトルは「**おいしく食事をするために 摂食・嚥下障害に気をつけましょう**」です。私達は年をとると健康な人でも、だんだん飲み込む力が弱くなってきます。そうすると食事の途中でだんだん食べ物が飲み込みづらくなったり、むせやすくなってしまいう可能性がでてきます。食事は人生の最も重要な楽しみの一つと言っても過言ではありません。近年、摂食・嚥下障害への関心が高まり、多くの研究や臨床が積み重ねられてきました。センターでも摂食・嚥下リハビリテーションを行なっておりますが、これらから得られた対応法や訓練方法のうち、家庭でも簡単にできる内容を扱いながら話しを進めました。お話を聴いてくださる皆さんの熱心な様子につい乗せられてしまい身振り、手振りもオーバーアクション気味に講話をしてまいりました。

**おいしく食べる事は永遠のテーマです**



**摂食・嚥下障がい：**

食べ物を口に運んでから良く咬み、飲み込み胃に送り込むまでの一連の運動のある時期に機能的障がいがあり、円滑な摂食・嚥下が困難な状態。

**8020運動：**

80歳になっても自分自身の歯を20本保つことを目標とする「生涯を通じた歯の健康づくり」のための運動です。

口腔医療センターでは「**摂食・嚥下リハビリテーション**」をおこなっております。

うまく食べられないでお困りの方はTEL(011) 512-9497までお問い合わせ下さい。

## 岩田有紀子さんのお母さん

岩田則子さん



小学3年生になる高機能自閉症の娘は行ける場所・会える人が決まっていたとても警戒心が強いので口を開けられるか少し心配したが、口腔医療センターの先生・スタッフの人達がコミュニケーションをとり安心させてくれたおかげで口を開ける事ができ、レントゲンも撮る事が出来た。

ブラッシングをしてもらいながら「お母さんにやってもらってね。」の一言で「もう大きいからひとりでできる。」と言っていた娘が私にも仕上げ磨きをさせてくれるようになり、決まったメーカーの薬しか飲めなかったのが、ここでだして頂いた薬も飲めるようになった。

本当にすごい事です。

ありがとうございます。

ゆっくりとしか治療はできないかもしれませんが、これからもよろしくお願い致します。



### タイトル「金色のせかい」



この絵は「**アスペハート**」という本のアスペハートアートデザインコンテストで優勝し、本の表紙になります。

絵を描く事、ここにくる事も本人の自信になってくれたらと思っています。



口腔医療センターの図工名人

今井 文博さん



図工の名人、今井です。

みなさんもいっしょに図工はどうですか？

口腔医療センターのあちらこちらにも  
今井文博くんの作品が飾られております。

今井くんは戦隊シリーズの大ファンです。  
歴代戦隊シリーズの知識はすばらしい！！  
かなりのマニアっぷりです。

**札幌市 M・I (こうちゃんお母さん)**

昨年の12月から、障害者診療部に10歳の息子(自閉症のハンディ)がお世話になっていま

す  
それまでは、歯の治療に行ってもすぐ逃げ出し、椅子に座ることもできないほどでした。

しかし、障害者診療部では先生はじめスタッフの皆さんの自然体であたたかな雰囲気の中で、  
治療を受けることができるようになりました。本当に感謝しています。

今は、ネットなしで治療が受けられるよう月1回のペースで訓練中です。

ところで、7月にうかがった時に、スタッフの方になにげなく

「夏休みはゆっくりできるのですか？」とお聞きしたところ、「なかなか連休では休めない」と、  
おっしゃっていました。

いつも何かと神経を使う大変なお仕事、夏休みくらいゆっくり休んでリフレッシュして頂きたい...  
そう思うのは私だけでしょうか？

息子も8月は夏休みで治療をお休みしました。9月にまた、皆さんの明るい笑顔にお会いできる  
のを、息子もきっと楽しみにしていることでしょう！！



**摂食・嚥下リハビリに「内視鏡検査装置（耳鼻科用）」導入！！**

障害者診療部 副部長 牧野 秀樹



うまく飲み込めない、頻繁にむせて肺炎をくりかえしているなどの摂食・嚥下障害のある患者さんのリハビリテーションを当センターでおこなっています。

病態診断のための検査に有効な「内視鏡検査装置（耳鼻科用）」を整備しました。鼻の穴から細い

ファイバースコープを入れて「のどの中」の様子を観察します。ファイバーの太さは直径 1.8mm、3.4mm、3.9mm の 3 種類あります。耳鼻科用の細いファイバーですので、鼻の奥がむずむずしくしゃみが出たり鼻水が出たりしますが、痛みもほとんどなく麻酔も必要ありませんので、たいへん安全な検査です。

このファイバースコープを鼻から入れたままの状態、実際に普段食べている食品を食べてもらい、「のど」の中を観察します。飲み込めないで「のど」にたまったままになっている唾液・食べ物や、気管に入りかかった食べ物がテレビ画面で確認できます。その場で、食品の種類や大きさ、食形態（硬さ・とろみ等）の違いによる飲み込みやすさを判断できます。

また、食べる時の姿勢（身体・首の向きや角度）を変えただけでも飲み込みやすさは違いますので、このような食事の環境も総合的に判断できます。

誤嚥しやすい・むせやすい食品は小さくして「トロミ」をつけたり、ミキサーにかけたりして、飲み込みやすくします。「キザミ食」は歯が悪くて噛み砕けない場合には食べやすくなりますが、口の中でまとまりにくいのでむせやすく、飲み込みやすい食形態ではありません。歯が悪く飲み込みも悪い場合は「キザミ食」でもあんかけのような「トロミ」をつける必要があります。

飲み込む機能が低下した状態でも、誤嚥しないで安全に飲み込み・食べる方法や訓練を的確に判断するために有効な検査の一つである「内視鏡検査装置（耳鼻科用）」、詳細についてはセンターまでお問い合わせください。



**「口腔医療センターのもう一つの顔」**

救急診療部 歯科衛生士 松山 幸代

みなさんは、口腔医療センターには、二つの顔があるのをご存じでしたか？  
昼間の障害者診療部という顔、そしてもう一つは夜間救急診療部という顔です。  
夜間救急って？と思われる方たちの為に説明しましょう！  
簡単に言うと、『歯の救急病院』なのです。

いつも皆さんが行かれている歯科とは少しばかり違います。毎日（お盆・正月 関係なく）『夜間のみの診療』をしており、『痛みを取るための応急処置を行う場所』なのです。そして最も大きく違うのは、札幌歯科医師会の先生方のボランティア精神で、この夜間救急診療部が運営されています。ですから、札幌市・石狩市・江別市の会員の先生方皆さんが毎日交替で来てくれているのです！心強いですよね！！

この夜間救急診療部には、国籍問わず本当に様々な患者さんが来ます。

歯が痛い方・歯ぐきが腫れている方・歯を抜いた後、血が止まらない・転んで歯が折れた・などなど、本当に苦しそうに来院される方々ばかり。その中で、最近『可哀想だけど、可愛い患者さん』が来院しました。

彼は、小学生の男の子。タオルで口を押さえながら辛そうに入ってきました。

「今日はどうしたのかな？」聞いても彼は答えてくれません。お母さんに聞くと、

「たっ、たまごっちが、挟まってしまって・・・」

一昔前に流行ったあの「たまごっち」が何故ゆえ彼の歯に挟まる??私も訳が分からず、でも、恐る恐る彼の口からタオルを除けると「ヒュー！！本当にたまごっちが挟まっている！！」なんと、彼の下の前歯の歯と歯の間に、たまごちのキーホルダーのホルダーが鍵を通したかのように歯の隙間に通っており、そこからたまごっちがぶら下がっているのです！何とか、その日の当番の先生が、彼の歯も、もちろんたまごっちも無事に外すことが出来ましたが、彼に聞いても何故こんな事態になったのか解らないといえます（笑）

可哀想だけど、可愛い男の子でした！

でも、みなさん、お子さんをお持ちの方は特に気を付けて頂きたいのです。

子どもに、『まさか?!』は通用しません。

お風呂場の蛇口で口を付けて水を飲んでいたら子どもが、何故か蛇口に歯が挟まり、慌てて子どもを引っ張った結果、子どもの前歯が根っこから抜けてしまったり、歯ブラシを持たせていたら、転んで口の奥に刺さった、割れたガラスの大きな破片を口に入れようとして両側の口角を切り縫う羽目になった。など、一歩間違えたら?と考えると本当にヒヤリとすることが結構あるのです。万が一何か起こってしまったら、まず落ち着いて、患部を確認してください。出血しているか、いないか?・何か物を口に入れていたなら、何を入れていて、その物は欠けたりしていないか?・歯が根っこごと抜けてしまったら、根っこの部分はベタベタ触らず、砂などがついていれば、流水下で洗い流し、牛乳に漬けるか、お子さんがある程度大きければ、口の中に入れ、頬っぺたの内側に挟め、そのまま急いでお近くの歯医者さんに駆け込んでください。

ただ、口の中が切れると、唾液と混じり出血量が多く見えることが多々あります。少しぐらいの切り傷ならすぐに治ることもありますので、判断がつかない場合は、いつでもご相談ください。

私たち、夜間救急の衛生士と患者さんは、一日限りのお付き合いになります。

患者さんのその後の経過を見ることが出来ない分、寂しい気もしますが、痛みが和らいで良かった、ここがあってくれて良かったなど、感謝の言葉をかけられる度にとてうれしく、毎日その言葉を励みに頑張っています。

このセンターがあってくれて良かった!そんな風に思っただけのように、スタッフ一同これからも頑張っていきたいと思えます。

365日休みない『歯の救急病院』は今日も起動開始です！！



第8回施設職員対象保健講習会報告

障害者診療部歯科衛生士 須摩 美雪

日時：平成17年6月29日(水)

通所施設妻の子 ジャンプレッツ

施設の中で歯磨きを毎日の習慣にするってなかなか大変なことですね。時間は無いし、手は足りないし、一体何から始めればいいのかしら!?・・・でも、利用者さんのお口の健康を考えると、食後に歯磨きをしたいな～とお悩みの職員さんは沢山いらっしゃるのではないのでしょうか？

今回は同じ悩みを抱えている“ジャンプレッツ”にやってきました。利用者さんも職員さんも一堂に集まり、虫歯や歯周病の知識を学び、あるいはみんなで楽しく歯磨きをする、こうした共通した知識と共有した時間はとても大切です。

熱心に講話を聴いていただき、多くの質問を投げ掛けてくれた皆さんは、きっと歯磨きを習慣にする始めの一步を踏み出せたのではないのでしょうか？ポスター【歯磨き指導5か条】を掲げ、これからも互いに“二歩三歩”と歩いていきましょうね。

P.S 北欧を感じさせるような明るく開放的な建物と、それに負けないくらい生き生きとした皆さんと過ごした時間は私達にとって良い刺激になりました。ありがとうございました。



「ぱるす」トピックス

13年もの間、口腔医療センターの夜間救急部に歯科衛生士として勤務されていた佐々木准子さんが、6月30日をもって退職しました。

佐々木さんは、歯科衛生士ともう一つの顔「ぱるす」の裏編集長を務めておりました。読者の方々の中で“いつのころからか”、「ぱるす」が女性らしく変わってきたのを気付かれた方も、いらっしゃることでしょう...

毎日夜間勤務の合間をみて、いろいろな方から寄せられた原稿を並べ替えたり、写真を集めたりご苦労されていました。(目に浮かぶな～)

本当に、いままでお疲れさまでした。

「ありがとう」の言葉を添えて.....

「ぱるす」応援団の横濱より



編集後記

企画研修部 部長 中澤 潤

なんか今度のぱるす遅いんでないかい。お待たせしてすみません。

佐々木さん長い間ご苦労様でした。新しい助っ人(ホントは主役!?)の工藤さんよろしくお願ひします。原稿はできるだけ早く送りますので???