

イキイキふかや・よりのい

令和4年4月1日発行
深谷寄居医師会広報誌



特集 歯科の感染対策 口腔ケア マウスガードの紹介

皆さん、こんにちは。

今回、歯科の特集ということで、我々地元歯科医師会が執筆を担当することになりました。どうぞよろしくお願い致します。

歯科の話と言えば、むし歯、歯周病の話題が多いのですが、今回は違うテーマにスポットを当ててみました。是非ともご一読ください。

今回のテーマは①歯科診療現場の徹底した感染対策（スタンダードプリコーション）について。②口腔内のケアが日常の歯やお口の健康だけではなく、手術の際にも重要であること。③大切な歯や口の中をスポーツ時の外傷から守る「マウスガード」についての紹介です。

今般のコロナ禍で、歯科受診をためらっている方も少なくないと思われます。しかし、歯科医院はしっかりと

した感染対策をとっているのです。その実態を知っていただき安心して治療を受けてほしいと思います。

また、万が一手術を受けるときに、お口の衛生状態がとても重要なことも知っていただきたいのです。

ご存じのように歯は失ったら元に戻りません。失ってしまった時の治療はブリッジや入れ歯など様々なものがありますが、そもそも失わないことが大事です。そのための「マウスガード」の使用がもっと広まるようご紹介させていただきます。

むし歯や歯周病の治療以外での歯科の役割と重要性を知っていただければ幸いです。

なお本特集について、詳細をお知りになりたい場合は、かかりつけ歯科医に遠慮なく、お問い合わせください。

歯科医院の感染対策—スタンダードプリコーション—について

ご存じないかもしれませんが、コロナ禍でも歯科医院ではクラスター(集団感染)はほとんど発生していません。

歯科の特徴としては次のことが挙げられます。

1. 他科の医療機関に従事する方達よりも、患者と接触する距離が非常に近い
2. 処置にあたり、血液や唾液と接触する頻度が非常に高い
3. 切削器具を用いるため、粉塵や唾液などの体液が飛散する
4. 切削器具や細かな器具を多数用いる

このように歯科治療はもともと各種感染症に対するリスクが非常に高いことから、以前から感染対策が徹底されてきました。

1980～90年代のウイルス性肝炎やエイズの流行、2000年以降の新型インフルエンザやSARS、MARSなど様々な感染症が流行するたびに、医療従事者⇄患者さん、患者さん同士、医療従事者同士の感染を防止する対策が、更新され徹底されてきた歴史があります。

これらの感染症対策は「スタンダード・プリコーション※」(標準予防策)と呼ばれており、患者さんの唾液や血液等に触れたものは全て感染性を帯びていると考え、対処するということです。

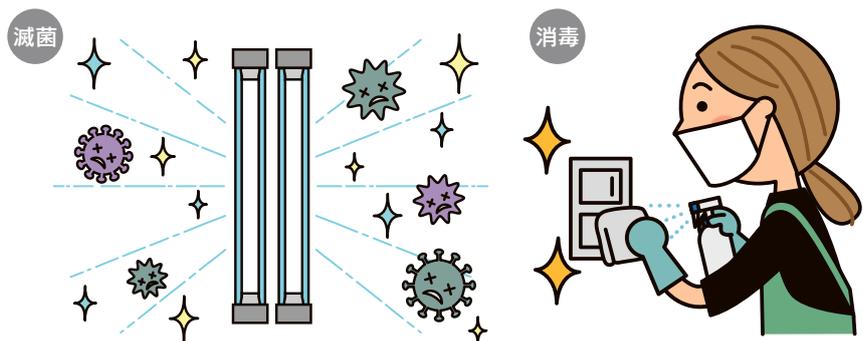
※「全ての患者・医療従事者に適応され、病原微生物の感染源確認の有無にかかわらず、血液、全ての体液、汗を除く分泌物、排泄物、傷のある皮膚、そして粘膜が感染原因になりうる」というものです。

豆知識

消毒と滅菌の違いとは？

「消毒」とは、滅菌処理できない器材などに対して、有害な細菌・ウイルスの毒性を取り除く処理の事です。

それに対し「滅菌」とは文字どおり、すべての菌やウイルスを死滅させる処理の事です。



具体的な感染対策

1 手指消毒の徹底と、個人防護具(グローブ、マスク、ゴーグル、ガウン等)の装着



2 使用する器材の滅菌、消毒、洗浄の徹底

治療に使用するピンセットなどの診療器材は患者さんごとに交換し、使用後は滅菌処理され、付着したあらゆる細菌、ウイルスを死滅させます。高温高圧で処理できない機器は、使い捨てのものを使用するか、ガス滅菌や特別な消毒液で消毒されます。



3 診療ユニット・チェアなどのアルコール拭掃消毒の徹底



4 治療前の患者さんの口腔内の消毒(うがい等)



5 院内の換気と空気清浄、隣接した治療台への飛沫の飛散防止



口腔外バキューム▶

6 感染性廃棄物の適切な処理

感染性を帯びた廃棄物は専門の業者に委託して適切に廃棄をします。



新型コロナウイルス流行以前から、以上の感染対策・衛生管理が行われていました。この先、コロナ禍が収束しても、同じように感染対策は徹底されます。これからも安心して受診して下さい。

口腔ケアで健康寿命を延ばしましょう。

近年、口腔内の不衛生により歯周組織に慢性炎症があると、糖尿病などの生活習慣病やがん・心臓病などの全身疾患に悪影響を及ぼすことがわかってきました。普段から口腔内を衛生的に保つことは健康で快適な毎日を送るために必要です。

■何が悪影響を及ぼすのか？

口腔内には、非常に多種の微生物(細菌)が棲み着いています。歯の表面には短期間で白っぽくてヌルヌルしたものがへばりついてきます。「食べかす？」ではありません。中身はほぼ100%、ヌルヌルの鎧でガッチリ繋がった数百種類の細菌集団で**バイオフィルム(細菌塊)**と呼ばれます。歯に付着したものを**デンタルプラーク(歯垢)**とも言います。1mgのデンタルプラーク中の細菌数は10億個にもおよぶといわれ、この中にはむし歯の原因菌、歯周病の原因菌といった悪玉菌の他にも多種多様の菌が潜んでいます。口の中では善玉菌のようでも、体内に入り込むと全く違う場所で重篤な症状を引き起こすことがあることも知られています。バイオフィルムは舌や口腔粘膜・咽頭にも形成されます。

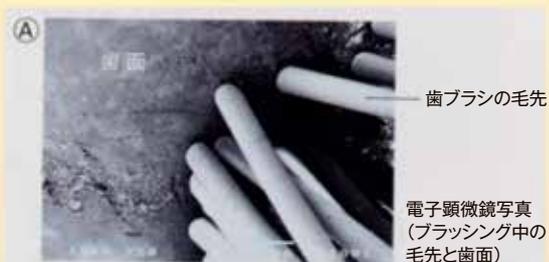
このバイオフィルムを除去する為には、鏡を見て確認しながらの歯ブラシや歯間ブラシ・フロス(糸ようじ)を用いた正しい口腔清掃と舌ブラシを用いた舌の清掃が大切です。更に抗菌性洗口液(デンタルリンス等)でうがいをするのが、より効果的です。

詳しい方法は、かかりつけの歯科医院にてお聞き下さい。

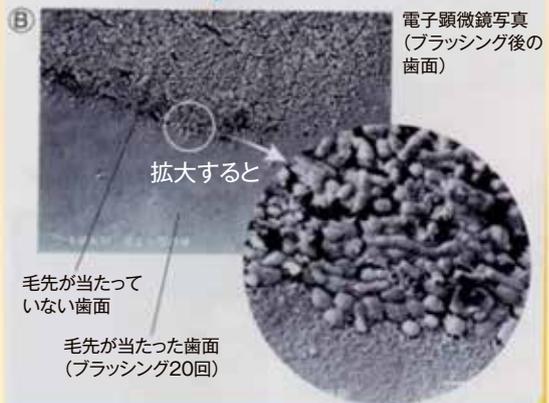
■デンタルプラーク(歯垢) = バイオフィルム



プラークを
拡大すると



電子顕微鏡写真
(ブラッシング中の
毛先と歯面)



電子顕微鏡写真
(ブラッシング後の
歯面)

■入院する前に、歯科医院でお口の中をきれいに!!－周術期口腔機能管理－

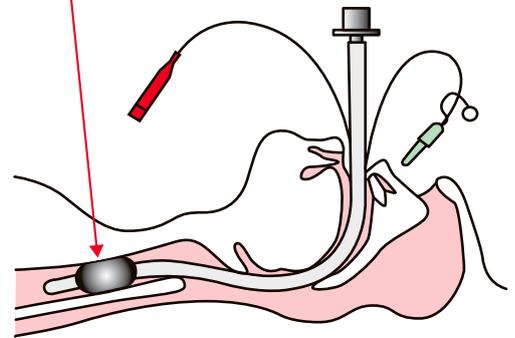
周術期→シュージュツキ? って、よくわかりませんよね。

簡単に説明すると、抗がん剤治療や外科手術における術前～術後の一連の期間の総称です。

この時期における合併症などを回避し、入院期間を短縮するための口腔内のケアを周術期口腔機能管理といいます。

手術の時には口または鼻から気管チューブを挿入して全身麻酔をかけます。歯の周りだけでなく、舌・口腔粘膜の清掃状態が悪いとチューブの挿入と一緒にバイオフィルムも気管内に押し込まれ肺炎を引き起こす危険が生じます。また術後は必ず誤嚥(のみ込み時に飲食物や唾液が誤って気道に入り込むこと)が生じ、口腔内の汚染や誤嚥がひどければ肺炎を引き起こす危険が高くなります。肺炎が発生すると入院期間・死亡率が上昇します。

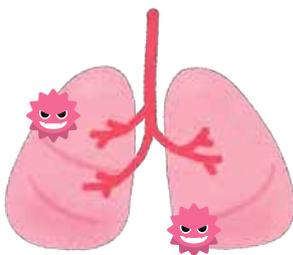
このカフ(風船)と気管のすきまから、口やのどの細菌が肺に入ると起こる



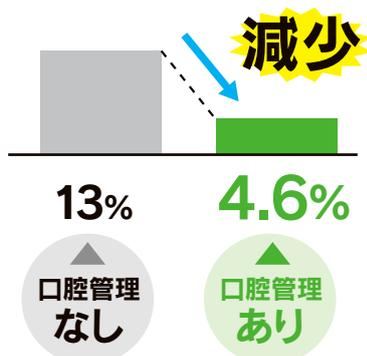
術後、元気に早く退院するために周術期の口腔衛生の保持は重要です。

他にも、心臓の人工弁や人工関節の手術での口腔内細菌による遠隔部位感染の対策としてや、悪性腫瘍の放射線・化学療法中の口腔粘膜炎の症状緩和を目的として周術期の口腔ケアは行われています。

口腔管理の有無でこれだけ変わるといデータがあります



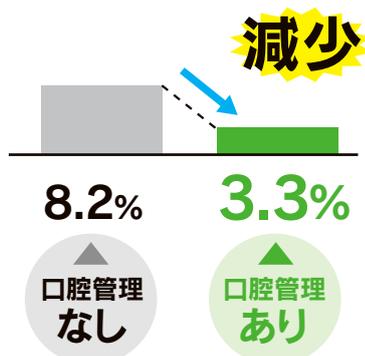
手術後肺炎



肺がん術後肺炎の発症頻度
岡山大学



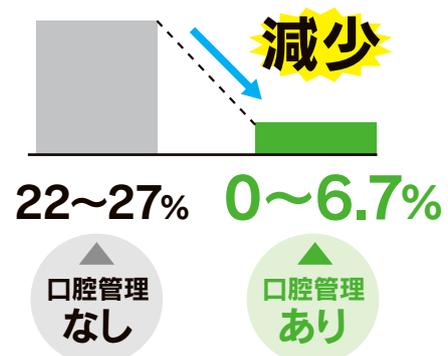
手術創部感染



消化器外科症例による手術部位感染
横浜市立市民病院 2016



抗がん剤・放射線による口内炎



周術期口腔機能管理
近畿大学 歯科口腔外科 2015

マウスガードでケガを防ごう

「歯は失ったら取り戻せない大切なもの」です。

深谷市・寄居町の小・中学校、高校ではラグビーをはじめバスケットボール、サッカー、野球など多くのスポーツが盛んに行われています。

しかし、ラグビーを筆頭に、相手と接触・衝突することの多いスポーツは、身体全体の傷害は勿論、**顔面あるいは口腔内のケガや歯の破折、アゴの骨折**などと隣り合わせで、軽～重度を合わせて、口の周りのケガが実に全体のケガの約30%を占めています。グラフが示す通り中学校でも歯のケガが非常に多いことが分かります。

そこで『マウスガード』の登場です。

マウスガードは、スポーツによる歯・口・アゴのケガを防止し、頭頸部への傷害を予防・軽減させる目的で使用されています。またアスリートのスポーツパフォーマンスの維持・向上にも大いに役立っています。東京五輪・金メダルのソフトボール・上野選手がマウスガードを装着し、熱投したのは皆さんも記憶に新しいことでしょう。

アメリカの歯科医師会や学会では口の周りのケガ防止のため、約40種類の競技・スポーツやレクリエーション活動に対し、マウスガードの使用を必須としています。その中の一つに、東京五輪で中学生・西矢選手が金メダルを獲得したスケートボードも含まれています。

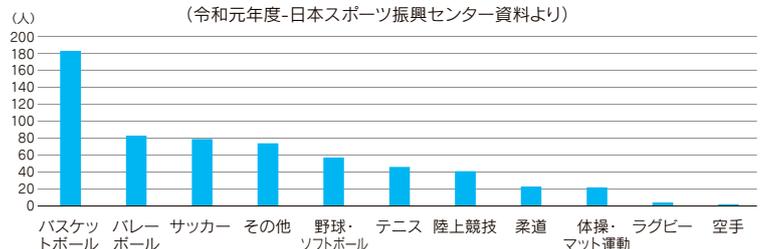
マウスガードは3,000円程度で市販されていますが、口に合っていないと、装着していても大ケガに繋がることも多々あります。

歯科医院では、ご本人のお口の型をとり、歯と歯肉に密着し、上下の噛み合わせもしっかりしたオーダーメイドのマウスガードを作製することができます。



歯のケガを受けたスポーツの種類(中学校)

(令和元年度-日本スポーツ振興センター資料より)



マウスガードの装着が義務化されていないバスケットボール・バレーボール・野球・テニスでは歯のケガが多く、義務化されているラグビー・空手では著しく少ないことが分かります。



外傷により前歯が破折

深谷市では、令和3年度から18歳以下の子供たちに対して、歯科医院でマウスガードを作製する場合、費用の一部を補助する制度が設けられました。ぜひ、この制度を利用して子供たちのケガを防止して、スポーツを楽しみ、スポーツの力で未来を育みましょう!!

なお、マウスガードの素材の多くはEVA樹脂が用いられており、人体に悪影響を与えることはありません。

(補助を受けるには申請が必要です。詳しいことは深谷市HPまたは深谷市教育委員会生涯学習スポーツ振興課にお問い合わせください。)

こちらからもアクセスできます ▶



豆知識 「入れ歯の歴史」

今回は「入れ歯の歴史」について紹介します。

世界最古の入れ歯らしきものはエジプトから発掘されており、紀元前2500年頃のものらしいです。気が遠くなるほど、古い時代から作られていたんですね。

ヨーロッパでは1728年に総入れ歯の製作法が初めて発表されましたが、ぜんぜん使いものにならないようでした。

日本では、それより約200年も前(室町時代)に、現在の総入れ歯とほぼ同じ形で実用的な「木床義歯」(写真①)がありました。木床義歯は、奥歯の部分には



写真①

は金属製の釘・鉸が何本も打ち込んであって、よく噛めるようになっていました。また材料には、硬くて抗菌作用があり不潔になりにくい黄楊

の木を使っているの、口の中に入れるには最適です。昔の人間の知恵ってすごいですね。

この入れ歯を作ることを専門とする集団は「口中入れ歯師」と呼ばれ、江戸時代には全国に散らばって営業していたそうです。徳川家康が入れ歯だったのは有名な話で、噛める入れ歯ができたときはご満悦で、作った入れ歯師には、たいそうご褒美を授けたそうです。

19世紀後半(渋沢栄一が大活躍!)には、材料に弾性ゴムが使用され、歯肉の色もピンクになり、歯の部分にはセラミック(せともの)が登場します。しかし、ゴムの臭いがきつく、しかも一部の人しか入れられないほどの高級品だったようです。20世紀には、飛

躍的に進化して現在のアクリル系樹脂(プラスチック・写真②)に。これが保険適用になって、多くの人たちが入れ歯を入れられるようになりました。最近では、バネがピンク色で薄く、曲げても折れないナイロン系樹脂もあります。



写真②

ちなみに、アメリカの初代大統領ジョージ・ワシントンも入れ歯を入れていたということをご存じでしょうか? 大統領就任時(1789年)には歯が1本しか残ってなくて、入れ歯に頼っていたようです。ゴールドや象牙でできた、かなり重い入れ歯を使っていたらしく、重量は、なんと1.3kgでした!!今の入れ歯は20g程度ですから、どれだけ重かったか想像できますね。

やはり、そんな入れ歯では噛みづらいのか、軟らかいものが好きだったようです。

「入れ歯の歴史」についてはお分かりいただけましたか?

当たり前のことですが「なくなった歯の代わりが必要だ。」ということです。大昔は歯の痛みから解放されることが第一で「痛い歯は抜くしかない!」との考え方が主流だったようです。それで抜いた歯の代わりを作るのに四苦八苦したらしいです。

裏を返せば「今も昔も歯は大事。歯がないと困る。」ということです。

皆さんも、美味しいものがいつまでも噛めるように歯を守りましょう!



《米1ドル札》

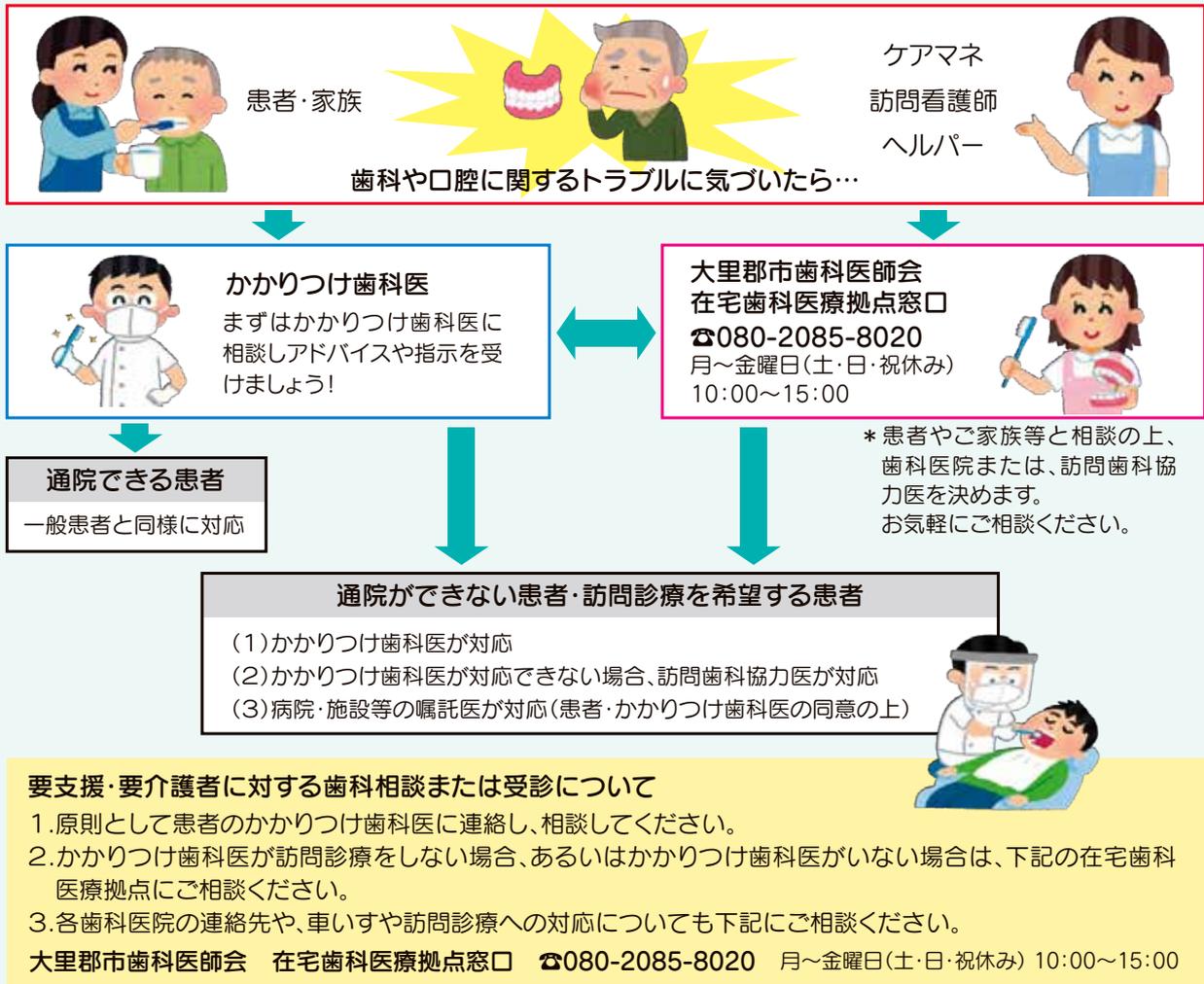
ワシントン大統領の1796年の肖像画を元に作製されています。このときにはすでに歯はなく口元を見ると、周りの筋肉が緊張し、義歯が飛び出さないように強く噛みしめている様子が分かります。(スプリングが使用されていて、噛みしめてないと義歯が飛び出してしまうため。頬の膨らみは綿を入れて工夫した。)

訪問歯科診療について

今や日本は世界有数の長寿国になりましたが、しかしながら自力で歯科を受診できない高齢者が増えています。

大里郡市歯科医師会では在宅歯科医療拠点を設置し、深谷・寄居地区での訪問診療希望者に対して会員歯科医師が訪問歯科診療の対応をしています。

要支援者・要介護者に対する歯科診療の流れ



患者さんのご質問やご意見募集

深谷寄居医師会広報委員会では患者さんからの医療に関する質問やご意見を随時募集しております。かかりつけ医師にお話しいただくか、医師会事務局まで電話かFAXをして下さい。本広報誌に可能な限り答えと共に掲載させていただきますが、掲載の採否は当委員会にお任せ下さい。掲載分には粗品を進呈させていただきます。

医師会事務局 電話 048-573-7724 FAX 048-573-0948



深谷寄居医師会

イキイキふかやよりい 第20号

令和4年4月1日発行

発行: 深谷寄居医師会 広報委員会

〒366-0033 深谷市国済寺319-3

☎048-573-7724

ホームページ <https://fukaya-osato.saitama.med.or.jp/>

