

News

ウェルネス



No.133

ウェルネス小畑歯科医院

子どもの歯を守る会

会報 1998年2月創刊

〒640-8401

和歌山市福島324-1

☎073-455-9874

<https://www.wellness-kobata-dc.com/>

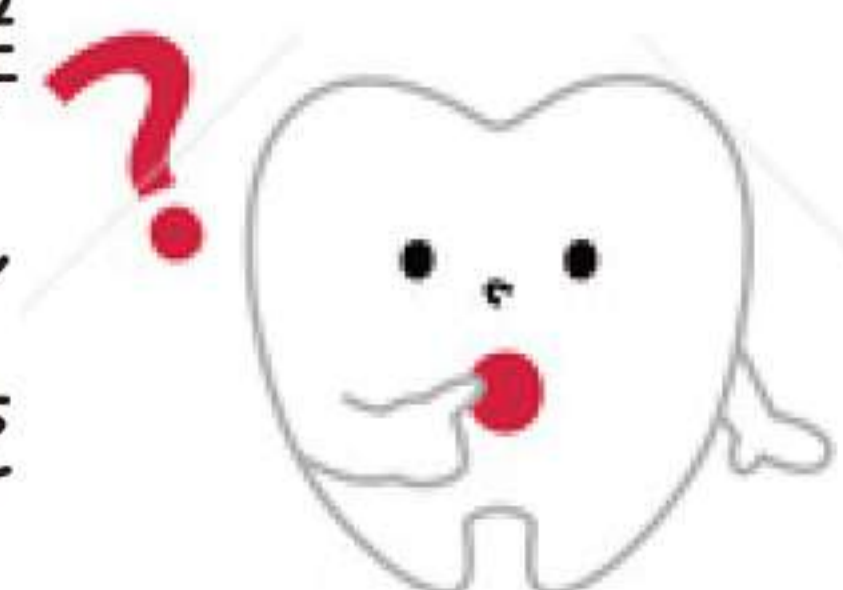
歯科医院で処方する漢方薬



最近、当院では漢方薬の処方が増えてきました。医科の臨床現場では、90%以上の医師が漢方薬を処方するといわれていますが、歯科ではまだまだ珍しいようです。今回は当院が漢方薬を処方するようになった経緯や考え方を簡単にご紹介いたします。

患者さんから教わる

ご存知のように、当院では歯周病やむし歯の予防・治療のため、20年以上にわたりお口の健康管理をしています。当初から通院してくれている患者さんも時の流れとともに高齢化し、様々な慢性疾患に罹患し多種類のお薬を服用するようになっています。そのような中で10年ほど前から健康管理でコントロールできていた歯周病や虫歯が急速に悪化するケースが目立つようになりました。最初は原因が分からず通院期間を短くしたり、ブラッシングの再指導やフッ素洗口を勧めたりしていました。そのうちの何人かの患者さんからは口が乾く、滑舌が悪くなった、飲み込みが悪くなった、味がおかしい、舌が痛い、口内炎がよくできるなど多様な訴えがありました。よく聞くと以前から自覚していたものの、どこで診てもらったらよいかわからず困っていたというのです。今までの歯科の常識では、そのような症状は放射線治療の副作用とシェーグレン症候群（自己免疫疾患）がほとんどで、しかも一般の歯科診療所ではめったに來ない症例でした。



調べてみると

調べてみると、確かに大学病院などでは口腔乾燥症や味覚異常、舌痛など口腔内の不定愁訴を訴える患者さんが大幅に増加しており、その原因と対策について研究が始まっていました。そこで当時、三重大学口腔外科に在籍していた竹岡先生と連絡を取り、口腔乾燥症とその周辺疾患の診断や治療について教えてもらいました。簡単にまとめると①口腔乾燥症には、加齢、過度のストレスや緊張、多剤服用、自己免疫疾患、放射線治療など様々な原因がある。②以前は、自己免疫疾患と放射線障害であったが、今ではそれらは全体の10%程度。③口腔乾燥症によりカンジダ菌（水虫菌の仲間）が繁殖しカンジダ症になる。それが味覚障害や舌痛症、口腔内の不定愁訴を引き起こすことが多い。④カンジダ症には抗真菌薬。唾液減少には漢方薬（麦門冬湯、五苓散、白虎加人参湯など）が有効、とのことでした。



漢方薬の特徴を実感する

つまり、味覚異常や舌痛症などを始め、口周辺の不定愁訴の多くには唾液の分泌減少が関わっていることがわかりました。漢方薬は唾液の分泌の効果が実感できるまで一週間程度かかりますが、

西洋薬のように副作用もなく、休薬するとすぐに元に戻るといったこともありません。口腔乾燥症には西洋薬よりも漢方薬の方が効果があることを処方してみて実感しました。現在は口腔乾燥症だけでなく、顎関節症、三叉神経痛、歯周病、口内炎、抜歯後疼痛、口腔周辺の不定愁訴など、西洋薬では治療効果が望めなかったり、副作用が強く出てしまう症例に処方しています。

西洋薬と漢方薬

西洋薬は化学的に合成しますが漢方薬は生薬でできています。そのため作り方や成分に大きな違いがあり、また治療に対する考え方も異なります。



西洋薬では、化膿には抗生剤、痛みには鎮痛剤、高血圧には降圧剤、糖尿病にはインスリンというように、症状として起きている現象に対して、局所的に対応します。身体がするべき働きを薬が代わりに行うのです。そのためか、その薬が切れると元の状態に戻ってしまうこともあります。また症状を抑えるだけですので、何年飲んでいても抗生剤で歯周病が治ったり、インスリンで糖尿病が治ることはありません。自覚症状だけでなく、他覚症状や検査数値など、客観性が重要視されます。

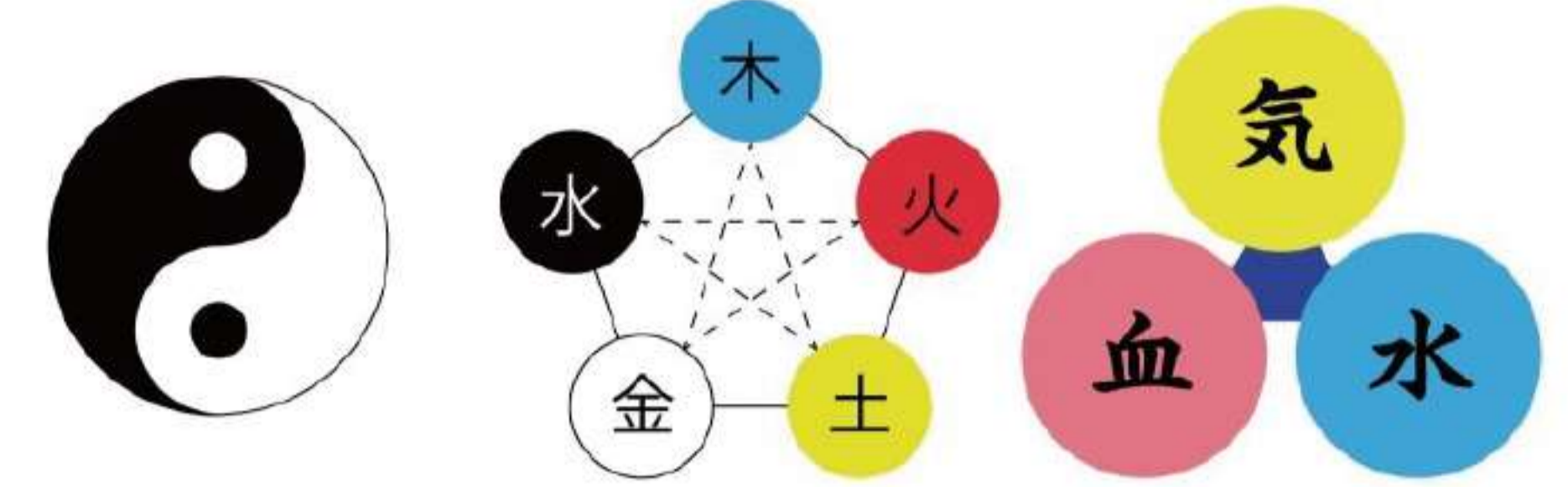


それに対して漢方薬は、身体の持つ働きを高めるように作用します。①微小循環の改善(血管平滑筋弛緩作用)、②免疫機能の賦活(抗炎症作用)、③水分の配分改善、④熱生産のバランス改善などの効果があるといわれています。特定の細菌や受容体を攻撃するというよりは、身体や組織の環境を整え、治癒能力を引き出すわけです。局所的に現れた症状だけでなく、病気の人全体を見るため、自覚症状を重視し、その人ごとに違う個人差を大切にします。そのため、具合が悪く病院で検査

をしたが数値は悪くない、といった症状にも対応することができます。

漢方薬と西洋薬、どちらが優れているというわけではなく、それぞれの得意分野を組み合わせることが有効だと考えられています。

症状漢方



漢方薬の選択は患者さんの症

状を気血水(きけつすい)、陰陽(いんよう)、寒熱(かんねつ)、表裏(ひょうり)、五臓(ごぞう)などの東洋医学の診断法に基づき処方が決まります。ただ、臨床の現場では疾患別に漢方薬を選択する「症状漢方」が普及しています。たとえば歯科では、顎関節症なら芍薬甘草湯か葛根湯、歯周病なら排膿散及湯、口内炎なら半夏瀉心湯や茵陳蒿湯といったように、症状や疾患に対して薬を選択するのです。当院でも「症状漢方」の考えで漢方薬を処方しています。

漢方医学は日本の伝統医学

そもそも漢方医学とは、古来中国から伝わった中医学が日本において発展してきた、日本の伝統医学のことを指します。当初は中医学をそのまま受け入れていましたが、次第に診断法や薬の選び方などを日本人の体や気候に合わせて改良し、独自の発展をとげてきました。そのため現在では中医学とは異なる学問としてとらえられており、中国には漢方と呼ばれるものは存在しません。「漢方」という言葉が定着したのは、江戸時代後期のあたり。長崎から入ってきたオランダ系医学、「蘭方」に対する呼び方として使われるようになったとされています。明治以降は、西洋医学に対し、中医学を土台にした伝統的な日本の医学を「漢方医学」と呼んでいます。(院長)

参考図書

歯科漢方、ポケットブック、
柿木保明
サイエンス漢方、井藤偉矢



編集部より 新元号『令和』を機に、今号からNewsウェルネスはカラーになりました！
創刊21年が経ちますが、これからもよろしくお願いします。(歯科医師・竹岡亮子)

黒部源流を訪ねて ～雲の平と周辺の間々～⑤ 2018年7月22日～7月29日 6泊7日小屋泊まり縦走

布団一枚に二人寝る

結局昨夜はほぼ眠れなかった。やはりフトン一枚に大人二人は狭い。やっと寝入りそうになると隣りの人のヒジ鉄を食らったり、イビキがガーガー鳴ったりとなかなか眠れない。「身体を横たえて休めるだけでも大丈夫だろう、少なくとも睡眠不足が登山に影響した記憶は今までなかった」と言い聞かせているうちに朝を迎えてしまった。甥っ子も睡眠不足のようだがモルゲンロートを楽しみにまだ薄暗い中、小屋の表に出る。すでに数名の先客がいた。

神々しい景色

さて北アルプスのほぼ中央に位置する水晶小屋は、いうなれば北アルプスの「へそ」。360度の大パノラマで名だたる名山を望むことができる。指呼の間にある野口五郎岳とそれに続く裏銀座の山々、ずっと遠くに小さく富士山。それら以外は30余年かけてほとんど登ったと思う。単独で、山友会の仲間と、勤務医の先生と登った山々。山座同定をしていると今までの山行が走馬灯のように思い浮かび、しばし感慨に耽る。楽に登れた山は一つもなかったはずだが、不思議と振り返れば楽しかった思い出ばかりだ。それにしても朝靄の中に重畳と広がる北アルプスの山々。早朝の神々しい景色に感動する。



▲水晶小屋



▲朝霧の中の後立山(ウシロタテヤマ)連峰

視線を右に転じると、今日のハイライトのフリモ岳、鷲羽岳、三俣蓮華岳が聳え、その向こうには槍ヶ岳と穂高連峰が見える。小屋の中に戻り、甥っ子が淹れてくれたコーヒーを啜りながら今日

の予定を話し合う。日程的に余裕があるので、今日はフリモ岳と鷲羽岳を越えて三俣山荘までとし、睡眠不足を解消することとした。

水晶小屋から北分岐

次々と出発する登山者に続きわたしたちも出発する。すぐに水晶小屋分岐点が現れる。左に行くと野口五郎岳、右に行くと三俣蓮華岳へ。今回は右に行く。ちなみにタレントの野口五郎の芸名はここから取ったのは有名な話。「黒部五郎」も候補となっていたが、「山の名前を芸名にするなら、高いほうがいい」と考え、黒部五郎岳(2840m)よりも高い野口五郎岳(2924m)を選んだそうだ。

フリモ北分岐まではなだらかな下りだ。1時間ほどで北分岐に到着。ここから登りだ。浮石に注意しながらも快調に登る。山頂直下に痩せた岩場があったが難なく頂上に着く。名前の由来が「割物」と言われるように、頂上付近には板状の石が存在する。向こうにはこれから向かう鷲羽岳がドーンと聳え、振り返れば水晶岳とそのずっと奥に薬師岳が見える。



▲頂上直下の岩場。ロープが付いているが問題なし。

フリモ岳-鷲羽岳

いく筋もの深い谷と3,000m級の山々が交互に織りなす最奥地ならではの絶景を堪能しながら、しばし雲上の稜線散歩を楽しむ。今日も朝から快晴で風も穏やかであるが、「黒部の山賊」によれば、この稜線こそ昔から暴風・突風による疲労凍死や転落事故が多い難所とのこと。荒天時は要注意区間だ。また、この右斜面と向こう側の祖父岳の間が黒部川の源流となっている。眼下に見えるほんの一跨ぎの流れが黒部峡谷を作り日本海に注いでいることを思えば、感慨ひとしおである。ほどなく鷲羽岳山頂に着く。向こうには槍ヶ岳、穂高連峰その手前に縦沢岳、双六岳、三俣蓮華岳、そして眼下の鞍部に今夜のお宿の三俣山荘の赤い屋根が見える。相変わらず浮石の多い急斜面であるが標高差500mほどを一気に下り、這い松帯を抜け小屋に着く。振り返るとこの角度から見る鷲羽岳は、まさしく鷲が羽を広げたように見えた。



▲鷲羽岳



保険で白い歯(CAD/CAM冠)が可能な時代到来！ 和歌山にたくさんの笑顔が



CAD/CAM(キャドカム)というのは3Dプリンターとよく似たデジタル技術です。歯や模型をスキャンして、機械で専用のブロックをかぶせものの形に削りだします。5年前からこのCAD/CAM冠が保険適応となりました。

当院では一昨年から対応しています。理由としては

- ①5年前のものとは材料と接着材が進歩し、ほとんど外れなくなったため。
- ②健康保険の範囲で患者さんが笑顔になるため。以前は白い歯を被せるためには高額な保険外治療しかなかったのです。
- ③コンピュータで作りますので仕上がりが安定しているため。もともと技工物は歯科技工士個人の技術によって大きく左右されます。
- ④金属アレルギーの方のため。病気のために従来

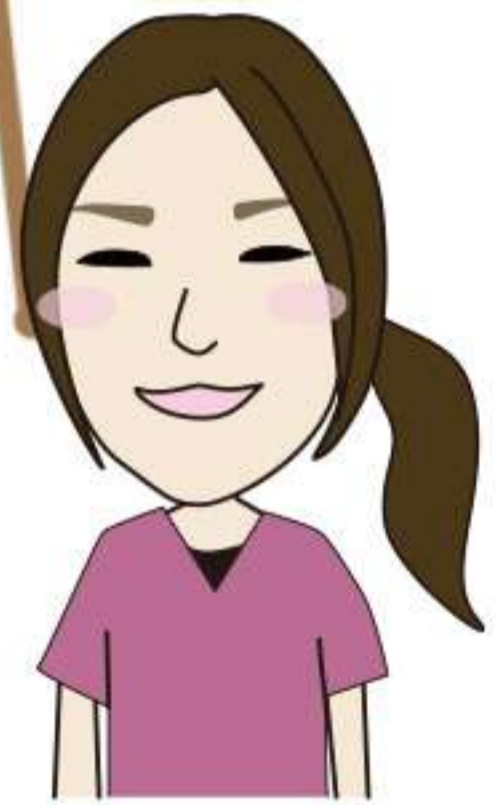
の金属のかぶせものではダメです。本数にもよりますが、治療となると中古の軽自動車1台分程度の費用はかかります。

当初は5%だった普及率も、全国では今や約51.4%と半数を超えました。ところが白い歯イコール保険外治療というイメージがあるのか、残念ながら和歌山県は約40%と関西では最低です。実は保険で一万円もかからずにできることを是非知ってほしいです。

ちなみにかぶせられる歯には制限があり、現在は真ん中から数えて4・5番目、下の歯に限っては6番目も可能になりました。今後も適応範囲が拡大していくことが予想されます。それにともない県内の普及率が高まり、笑顔が増えることを願っています。
(歯科医師・竹岡高志)

新人歯科衛生士 奮闘記！

その④学生生活
の思い出



歯科衛生士
西本 春希

学生生活の中で一番思い出に残っているのは、専門学校2年生の時に行った修学旅行です。4泊5日で北海道に行きました。北海道は初めてでしたが、10月頃だったので雪はまだ降っておらず、和歌山より少し肌寒いくらいでした。

悪天候の日もありましたが、時計台や旭山動物園、五稜郭などさまざまな観光地に行くことができました。ラーメンや生キャラメルなど美味しいものもたくさん食べることができて良かったです。特に小樽で食べた本場のお寿司は絶品でした。また、函館山からみた夜景は世界三大夜景にも選ばれているほどで、函館の街並みがライトアップされていて、とてもきれいでした。北海道を訪れた際はぜひ見ていただきたいです。



▲函館山からみた夜景

STAFF NEWS

この度、一身上の都合により退職することになりました。小畑歯科にお世話になり13年目を迎えますが、沢山の出会い、貴重な経験、様々な思い出が巡ってきます。こんなに長くパート勤めができたことは、院長はじめ皆さまのおかげと感謝しております。本当にありがとうございました。

今後は90歳になる両親の世話と、私の楽しみであるピアノと創作書道が続けていきたいと思っています。皆さまのご活躍とご多幸をお祈りいたします。



歯科助手
井谷 のり子