

STAFF column

私とペット

私の愛犬はチワワという犬種で名前はチエルシー(♀)です。

寒いのが苦手な、外出する際は湯たんぽをハウスにセットしていきます。湯たんぽを充電しているとその



前に座って充電が完了すると湯たんぽをカチャカチャと前足で掻き、充電完了を教えてください。充電中にはカチャカチャとせずじっと座っているので充電中と充電完了を見分けているのが面白いです。そしてハウスに湯たんぽをセットすると嬉しそうにハウスに飛び込み、出てきません。私が帰宅すると尻尾を振りながら嬉しそうにドアまで迎えてくれます。本当に愛おしく癒されます。これからも家族の一員として大切に一緒に暮らしていきたいと思えます。(歯科衛生士・浜端真優)

散歩

私は今ひそかに散歩にハマっています。

ひそかにというのは、週に1.2回しか行くことができてないので、どっぷりというほどではないからです。

きっかけは、冬になり家にこもっているのも嫌だなと感じ近所を歩いてみようと思いだめたのがはじまりです。

この道懐かしいなとか、ここがこんなに変わっていたんだとか、普段意識していないところが目につくようになって新鮮味を感じました。

悩んでいる時や気分が優れない時は、家にいるよりも外の空気を吸いながら散歩している方が気分が少し軽くなります。

たまに父が休みの日には一緒に歩くのですが、普段



一人である時とまた違い、誰かと話しながら散歩するのもいいものです。

自動車の免許をとってからはついつい少しの距離でも車に乗っていたので、健康のためにも今だけでなくこれからも続けていけたらいいなと思います。(歯科衛生士・藤本真央)

息子の言葉

私には小学生の息子がいます。

その息子がよく『やらない後悔よりやって後悔』と口にします。いつも見ていたアニメで言っていたようで、息子の心にとても響いたようです。迷っているときや嫌だなあと思っているときも、この言葉を思い出



し挑戦できるようになりました。私が小学生の頃はそんな言葉も、意味も知らなかった…。我が子ながら、ちょっぴり感心しています。(完全に親バカですみません。笑)

(歯科衛生士・大平可恵)

News ウェルネス



No. 151
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/>

知っておきたい薬の知識

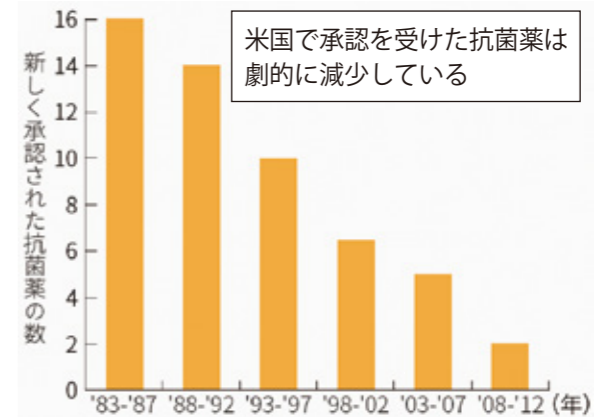
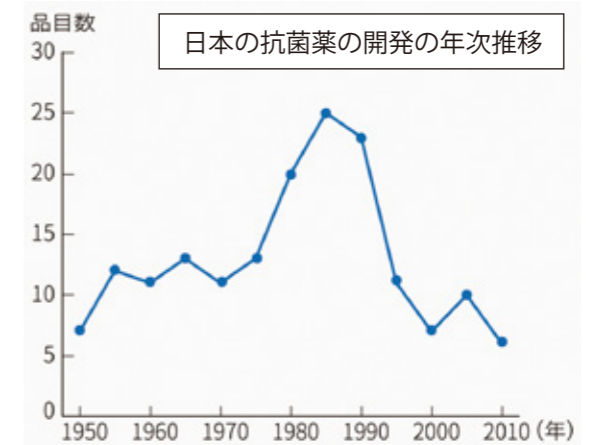
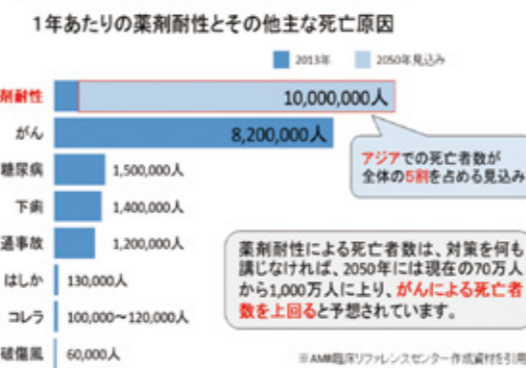
歯の治療は、全身の病気やその服用薬と深く関わりがあります。最近では、様々な病気を持った患者さんや数種類のお薬を服用している患者さんが多く受診されます。歯科で出すお薬と相互作用があると、傷口の治癒が悪くなったり、全身に思わぬ症状が出たりすることもあります。安心して歯科治療を受けていただくため、必ず初診の段階で既往歴や服用薬情報を教えてください。お薬手帳をご持参いただくのが確実です。今回は、安心・安全な歯科治療のため、患者さんに知ってもらいたい薬の知識についてお話しします。最初は世界的に注目されている抗菌薬・薬剤耐性菌のお話です。

ると、2013年世界の薬剤耐性菌に起因する死亡者数は低く見積もっても70万人に達し、2050年には1,000万人の死亡が想定され、これはガンによる死亡者数より多いと予想されています。また耐性菌が増えることにより被害をうけるのは、1歳未満の乳幼児、糖尿病やがんなどの病気をもつ方々です。

薬剤耐性菌が増加してきた背景には新たな抗菌薬の開発が世界的に減少傾向にあるのと、抗菌薬の不適切使用の増加です。新規抗菌薬の開発に取り組むとともに、抗菌薬を正しく使うことにより、現在使える抗菌薬を温存し、長く使えるようにすることが大切なのです。

抗菌薬と薬剤耐性菌について

世界の薬剤耐性による死亡者数



歯科医院でよく出すお薬に、抗菌薬(抗生物質)があります。歯ぐきの腫れや化膿の治療、抜歯後の感染予防などに出します。この抗菌薬に耐性を持つ細菌(薬剤耐性菌)が増えると、抗菌薬が効きづらくなり、本来軽症で回復できるはずの感染症が重症化しやすくなり、さらには死に至るケースが増加するなど注目を集めています。WHO(世界保健機関)などによ

薬剤耐性菌の原因は身近なところに



抗菌薬の不適切な使用とは、歯科医師から「1日2回3日間服用」と指示されたのに対し自己判断で1日1回に減らしたり、症状が良くなったからと3日分の抗菌薬を1日でやめるなど、適切な服用期間や量を守らないことです。これにより生き残った細菌は、薬剤耐性を持つ「薬剤耐性菌」となるわけです。薬剤耐性は決して他人ごとではなく、誰にでも起こり得る身近な問題です。

抗菌薬は歯科医師の指示通りに飲み切りましょう！

- ・途中でやめない！
- ・勝手に量や回数を変更しない！
- ・他の人にあげない、もらわない！



ウェルネス小畑歯科医院では

抗菌薬の歴史は1928年のペニシリン発見から始まり、その後、次々と新しい抗菌薬が発見されて来ましたが、ここ20年ほど新たな抗菌薬は激減しています。歯科医院でも薬剤耐性を意識することが大切で、第一選択はできるだけ初期の抗菌薬（ペニシリン系、セフェム系など）の使用が推奨されています。そのため当歯科医院ではペニシリン系（サワシリン）、セフェム系（ラリキシン）を使用し、効果が不十分なケースでは第二選択としてマクロライド系（クラリス、ジスロマック）に変更します。

抗菌薬の効果には、時間依存性と濃度依存性がありますが、当歯科医院で第一選択として出す抗菌薬（ペニシリン系、セフェム系、マクロライド系）は、時間依存性で持続時間も短いため、投与間隔（6時間、8時間、12時間など）を守ることが大切です。また抜歯、インプラントなどは、感染予防のため術前投与が推奨されているため、処置1時間前に服用してもらうこともあります。さらに妊婦・有病者・高齢者などには、抗菌薬の選択や投与量に十分配慮をしています。

鎮痛薬について

心臓に問題（先天性心疾患、弁膜症、人工弁置換術など）のある患者さんは、歯科治療により感染性心内膜炎(IE)を引き起こすことが知られています。半数近くのIEの患者さんの心臓からお口の細菌が検出され、原因となっているようです。歯科治療時や日常生活において口腔内細菌が血管内に侵入、IEを引き起こしていると疑われています。そのため、関連学会のガイドラインでは、ハイリスク患者（IE既往歴、先天性心疾患、弁膜症、人工弁置換術患者など）においては、歯科処置前の抗菌薬予防投与が推奨されています。投与法は処置1時間前にペニシリン系抗菌薬2gの単回投与。ペニシリンアレルギーのある場合はクラリスロマイシン400mgとなっています。その量の多さに驚く方もいますが、どちらも二日分を一回で服用するわけです。予防投与が必要な歯科処置は、抜歯や歯石除去など出血を伴う処置、根管治療を含む根部に及ぶ処置、粘膜の破綻を伴う処置となっています。



心臓病と抗菌薬



歯科でよく使われる鎮痛剤にはボルタレン、ロキソニン、ポンタール、パファリンなど非ステロイド性抗炎症薬（NSAIDs）とアセトアミノフェン（カロナール）があります。NSAIDsは、鎮痛効果は強いが消化管障害、腎障害、気管支喘息、血小板機能障害などの副作用があり、妊婦への安全性は確立されていません。また、一部の抗菌薬とは痙攣誘発、ワーファリンとは出血傾向の増大という相互作用があるため、全身疾患や服用薬を確認したうえで投与しています。一方、アセトアミノフェンは鎮痛効果は弱いが、肝障害患者以外は副作用や相互作用が少なく、安心して投与できます。投与量は1回300mg~1,000mg（1日4,000mgが限度）となっています。

続く（院長）

教えて！歯科医院のお仕事

歯科医師ってどんな仕事？

歯科医師になるためには

歯科大学や大学の歯学部で6年間の教育を受け、歯科医師 国家試験に合格し、歯科医師資格（免許）を取得する必要があります。資格取得後は、病院や診療所などで1年以上の現場での研修をしなければなりません。

歯科医師って、こんな仕事！

一生涯にわたって患者さんの口の健康を守り、食べることを支えて、命を守る仕事です！それぞれの診療所や病院によって違いはありますが、

- ① ムシ歯や歯周病の治療や処置
- ② 入れ歯・詰め物などの製作と装着
- ③ 抜歯やインプラントなどの外科的治療
- ④ 歯並びの矯正、歯のホワイトニング
- ⑤ ご自宅や施設への訪問歯科診療
- ⑥ 医療・介護の各専門職種と連携して「食べる」「のこむ」「話す」を支える
- ⑦ 口腔ケアで口と全身の健康を増進させる

などの仕事をしています。

歯や口のことでお悩みのことがあれば何でもお気軽に歯科医師にご相談ください。



歯科衛生士ってどんな仕事？

歯科衛生士とは

高校卒業後、歯科衛生士を養成する大学や短大・専門学校で3年以上（以前は2年以上）学び、国家試験に合格すると、歯科衛生士として働くことができます。

歯科衛生士ができること

- 歯科予防処置
ムシ歯や歯周病を予防するために、専門的な医療技術を駆使して歯のヨゴレを取り除いたり、フッ素を塗ったりします。
- 歯科診療補助
歯科医師の診療を補助し、チーム医療を支えます。

○ 歯科保健指導

患者さんにブラッシングなどのセルフケアを伝えます。

地域でも広く活躍中！

○患者さんの自宅、介護施設などで、口や入れ歯をきれいにする方法を指導します。

○保健所・市町村保健センター、幼稚園・保育園、学校などで、歯や口の健康の大切さを伝える活動をしています。

○災害時には、被災者の方々に口腔ケアを行い、口と全身の健康を守ります。

歯科衛生士は口の健康づくりをサポートする専門職です！



歯科助手ってどんな仕事？

歯科助手とは

受付予約管理、患者の案内、電話対応、会計などを行います。

歯科医院の「トータル窓口」として患者さんとのコミュニケーションを行う大切な仕事です！

歯科衛生士とどう違うの？

○歯科衛生士は国家資格なので、歯のクリーニングをしたり、ムシ歯予防のためにフッ素を塗布したりなど、診療補助を行うことが認められています。

歯科助手は、歯科医師、歯科衛生士をサポートし、歯科医師・歯科衛生士に治療器具を受け渡しする、患者さんの口の中を照らすライトを調整する、バキュームで唾液を吸いこむなどの業務を行います。

○治療器具の滅菌や準備、歯型をとるための印象材や詰め物などをするとき使うセメントを練るのも歯科助手の仕事です。

歯科助手は歯科衛生士とともにチーム医療を支えています！



（歯科医師・竹岡亮子）