

# 哲風会通信

2016. 3 VOI・51

今年も早いもので3月になりました。2月は雪が積もったり、解けたりを繰り返していましたが、ここまできると春の訪れもあと少しという気がしてきますね。春分の日を過ぎれば日も長くなっていくので気分もわくわくしてきます。3月の行事といえば、ひな祭りと卒業式ですね。我が家でも卒園を迎える長男がいるので、子供の成長を感じるシーズンになりそうです。



## 歯周病と全身疾患

歯周病といえば、歯磨き粉などのCMで耳にした事があると思います。昔は歯槽膿漏(シソーノーロー)と呼ばれていたもので、そちらの呼び方がしっくりくる方もいらっしゃるのではないのでしょうか。歯周病の原因は、主に口腔内の清掃不良です。歯と歯茎の間の磨き残しは歯垢(プラーク)に変わります。歯垢はやがて歯磨きでは落とせない歯石に変わり、その上にまた歯垢が溜まって行きます。この歯垢や歯石には何億という細菌が住んでいて、炎症を引き起こし、歯を支える骨を溶かしてしまいます。支えを失った歯はやがて抜け落ちてしまいます。痛みが無いため症状にも気づかず、おかしいと思った頃には抜歯しなければいけない状態になっていることが多いのです。なんと歯を失う原因の第一位が、虫歯ではなく歯周病だそうです。そして、さらにおそろしいことに、歯周病は歯を失わせるだけでなく全身に様々な病気を引き起こすこともわかってきています。歯周病の原因となる歯周病菌が体内に回ってしまうと、心臓病、糖尿病、動脈硬化、脳卒中、妊婦さんには早産を引き起こす危険性があると言われていて、歯を失うことによって認知症のリスクも上がるそうです。最近では、歯周病菌がアルツハイマーを悪化させるという研究結果も報告されています。本当に怖いですね。

こんなに怖い歯周病ですが、逆にいえば歯周病になりにくい口腔内を維持することは、体の健康にも重要だと言えます。ご自身の歯を守り、病気の原因を未然に予防するためにも、定期的な歯科検診を心がけてはいかがでしょうか。

# 雛人形

ひな祭りです飾られる雛人形。“雛人形の片付けが遅いと結婚が遅れる”と聞いたことがありますよね。なぜでしょうか？

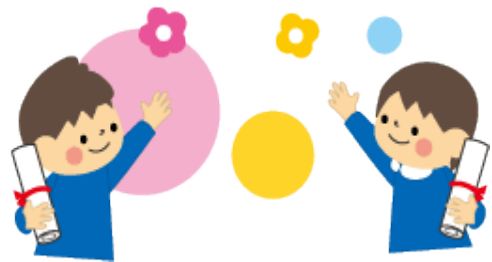
ひな祭りとは、上巳の節句(もものせつく)に女兒の厄災を人形に引き取ってもらい、健やかな成長と幸せを願う行事なのだそうです。昔は、女の子の一番の幸せはお嫁に行く事だったので、雛人形を早く片付ける＝早く片付く(お嫁に行く)からという説があるようです。また、片付けが出来ないような娘は結婚相手が見つからないといった理由や、いつまでも飾っていると吸い取ってもらった厄災が戻ってしまうといった考えからも早く仕舞った方が良いと言われているみたいです。

迷信とはいえ、親なら気になってしまいますよね。我が家にも娘がいるので、雛人形を飾る正しい期間を調べてみました。ひな祭りが3月3日なので、遅くとも一週間前には飾っておいたほうが理想で、仕舞う時期はなるべく早く。遅くとも3月中旬までの天気の良い日にするのが良いようです。

子を思う気持ちは今も昔も変わらないのでしょうか。

## 今月の通信担当

今月の担当、むさしデンタルオフィスの高木です。3月は卒業シーズンですね。お絵描きが大好きで、ノートとペンさえあればずっと遊んでいただける我が家の長男も、卒園して4月からは遂に小学生になります。子供の成長は本当に早いですね。一瞬一瞬を見逃さず、子育てを楽しんでいきたいです。



医療法人 哲風会  
むさしデンタルオフィス

〒010 - 0912  
秋田市保戸野通町4 - 8  
TEL:018-853-8214  
フリーアクセス:0800-800-8461

医療法人 哲風会  
ちづ歯科クリニック

〒018 - 1605  
南秋田郡八郎潟町川崎字昼寝  
233 - 1  
TEL:018-875-2801