



# わは歯ニュース

令和5年 12月号

先月(11月)には半袖で過ごせる日もありましたが、いよいよ本格的な寒い冬がやってきます。今年の冬は暖冬だと言われていますが、どうなのでしょう？

冬は空気が乾燥し、ウイルスの生存期間が長くなります。体温が低下すると免疫力が低下したり、のどや気管支の粘膜が乾燥したりウイルスに感染しやすい状態になります。

## ～ 冬に流行する感染症 ～

★呼吸器感染症 ○ インフルエンザ →咳やくシャミの飛沫によって感染

○ RSウイルス →乳幼児の発症が多い飛沫や接触によって感染する

★感染症胃腸炎 ○ ノロウイルス →感染者の嘔吐物、便から感染

## 11月から2月に流行

○ ロタウイルス →感染者の嘔吐物、便から感染1月～4月に流行

## 日頃から出来る予防法

接触感染と飛沫感染を防ぐ手洗い、不織布マスクやメガネを着用しましょう。

部屋の換気と加湿をする。加湿は40%以上に維持しましょう。

免疫力を高める、温かい飲み物で体を温めたり、食物繊維、発酵食品を積極的に摂り、

十分な睡眠、適度な運動など

規則正しい生活を心がける。



担当 森原

～ はま歯科医院 ～

〒501-6224 羽島市正木町大浦79-2

☎ 058-394-4662

URL : <http://www.ham-dent.com>

E-mail : [info@ham-dent.com](mailto:info@ham-dent.com)

診療時間 平日 9:30～13:00/14:30～18:00

土曜日 9:30～13:00/14:30～17:30

休診日 日曜日 木曜日(祝祭日ある週診療あり) 祝祭日

# 骨粗鬆症とお口の関係

骨粗鬆症は、骨の量が減って骨が弱くなり、骨折しやすくなる病気です。

骨は皮膚と同じように、新陳代謝を繰り返しています。しかし、加齢や閉経、運動不足などによって、バランスが崩れてしまうと、骨が弱くなります。骨粗鬆症は痛みがありません。症状がないため、気づきにくく病気が進行してしまいます。

がんや脳卒中などのように、直接生命にかかわる病気ではありませんが、骨粗鬆症になり骨折してしまうと、寝たきりや介護が必要となってしまうこともあります。

骨粗鬆症は女性に多く、50歳以上の女性では3人に1人といわれています。

**骨粗鬆症で全身の骨がもろくなってしまうと、歯を支えている骨も弱くなります。**

骨粗鬆症の治療薬、骨吸収抑制剤(ビスフォスフォネート製剤)があります。

そのお薬は、骨吸収を抑え、骨量の低下を防ぎ、骨を硬くする薬です。

治療薬としては効果が高く、使用されていますが、顎の骨にかかわる副作用があります。

歯科医院に受診する際には、お薬手帳を持参し、薬を使用していることを歯科医師、歯科衛生士に伝えましょう。

～骨吸収抑制剤(ビスフォスフォネート製剤)使用しこのような症状が出たら、

歯科医院へ受診しましょう～

- ・ 口の中に痛みがある。
- ・ 歯ぐきに白色もしくは灰色の固いものが出てきた。
- ・ あごが腫れてきた 下唇がしびれている気がする。
- ・ 歯がぐらついて、自然に抜けた。
- ・ 歯ぐきになにかでできて、入れ歯にあたって痛い。

