



大阪大学
OSAKA UNIVERSITY



Vol.18
2019年1月号

News
Letter

おおきに健康

歯とお口から

大阪大学歯学部附属病院 広報誌 <http://hospital.dent.osaka-u.ac.jp/>



病院長 村上 伸也

2019年、亥年が始まりました。皆様にとりまして、今年も良き1年でありますようお祈り申し上げます。今年も安心・安全の医療を提供する「歯科の最後の砦病院」としての期待に応えられますよう、教職員一丸となって奮闘してまいります。どうか変わらぬご支援をお願い申し上げます。

8020（ハチマルニイマル）運動という言葉が聞かれたことがあると思います。そうです、「80歳になっても自分の歯を20本以上保とう」という健康作り運動です。この運動は平成元年に厚生省（当時）と日本歯科医師会が中心となって推進してきました。平成元年当時、平均寿命が80歳であったことから「80」が唱えられたといわれています。そして8020運動は昨年30周年を迎えました。運動開始当初1割にも満たなかった8020達成者の割合が、平成28年には5割を超え、最も成功した国民運動の一つと評価されているとのことです（日本歯科医師会ホームページより）。一方、平成29年における平均寿命は、男性81歳、女性87歳と過去最高を更新し、最近では「人生100年時代」という言葉まで聞かれるようになりました。口が支えてくれる「生活の質（quality of life: QOL）」を長く高く維持していくために、どうやら私たちは歯の寿命をさらに延ばす努力をせねばならないようです。歯や歯ぐきの健康を守るためには日頃のお手入れ（正しい歯ブラシ習慣）が欠くことが出来ません。が、なかなか一人で頑張り続けるのは大変です。どうか私たちにそのお手伝いをさせて頂きたいと思っています。些細なことと思われても、どうか遠慮せず、担当医にご相談下さい。皆様にとって身近な存在でいたいと、教職員一同願っております。

今年も、多くの皆様に、「大阪大学歯学部附属病院があっよかった」と、思っていただけの病院であり続けられるよう努力してまいります。どうぞご期待下さい。

内面

- 特集1.
「年末ふれ愛コンサート」開催
- 特集2.
「市民フォーラム」開催
- 特集3.
副病院長おすすめメニュー

お口の相談コーナー お口のマメ知識

裏面

- 2018年10~12月の統計情報
- 病院概要



特集1 「第19回年末ふれ愛コンサート」を開催



今年で19回目を数える「年末ふれ愛コンサート」が、大阪大学歯学部附属病院弓倉記念ホールにて12月7日に開催され、当日は、このコンサートを待ちわびた入院患者さんや家族の方、外来患者さん、病院関係者で溢れんばかりに会場を埋めつくしました。

司会者のきりっとした挨拶でコンサートが開幕すると、サザエさんに扮した医師たちの踊りと歌ではじまり、透明感のあるリズムカルなクリスマスソングの演奏や子供たちが一緒に踊りたくするダンス、力強いソーラン節の踊り、ムーディなジャズ風のクリスマスソングに皆が酔いしれました。大阪大学の公式キャラクター「ワニ博士」も登場し、場を和ませてくれる場面もありました。また、大阪大学とフレンドシップ協定を取り交わし

ているサッカーリーグのガンバ大阪のグッズ提供による抽選会も開催し、最後に参加者全員で「見上げてごらん夜の星を」を斉唱。出演者と会場が一体となりました。

患者さん、ご家族からは「入院中に良い気分転換ができました」「普段見れない先生方の姿が見れ楽しかったです」「子供がワニに大喜びでした」「良い思い出となりました」「目を輝かせて楽しんでいる子どもを見てどんどん外へ出ているような体験をさせてあげたいと思った」との声をきくことが出来ました。このコンサートが、患者さんの心を癒し、闘病への励みになり、職員とのふれあいの場となることを願ってやみません。



特集2

第16回「市民フォーラム」を開催しました!

平成30年11月24日(土)に千里ライフサイエンスセンター5階のサイエンスホール(千里中央)において「第16回 市民フォーラム」を開催しました。

本フォーラムは、最新の歯科治療および歯科医学について、広く市民へ情報を発信し、市民の健康増進と歯学知識の向上を図ることを目的に毎年開催しています。今回は「口の病気の予防最前線 かかりつけ医と二人三脚」をテーマに開催しました。



開会の挨拶 天野 敦雄 研究科長

当日は、三連休の中日にも関わらず約150名の方に参加していただきました。天野敦雄研究科長の挨拶の後、今回のテーマ



5名の講演者

に基づいて歯学研究科の教員ら5名が講演を行いました。講演後の総合討論では、活発な質疑応答が行われ、最後に、村上伸也病院長からの挨拶があり、フォーラムは盛況のうちに閉会いたしました。



閉会の挨拶 村上 伸也 病院長

特集3 副病院長おすすめメニュー

11月12日に病院食で栗ご飯、白身魚の野菜あんかけ、小松菜のおひたし、茶碗蒸し、味噌汁、芋ようかんを提供しました。献立内容は11月にふさわしく、秋らしい料理となっています。ご飯には栗が入り、主役の主菜料理は白身魚(カレイ)を揚げた物にあんをかけ、温かい茶碗蒸し、お浸し、味噌汁が付きまます。デザートはさつま芋と南瓜の羊羹としました。

咀嚼が難しい患者さんには、白身魚の野菜あんかけの魚は揚げずに焼き、お浸しはゼリー状にすることによって、噛まずに食べることができるようにして

います。「秋の食材を使用し、季節感があり、彩りが良く、食べやすく、バランスの良い献立である」と山城副病院長もおすすめのメニューです。

病院の食事は嗜好調査などから、料理のおいしさや食べやすさにおいて、患者さんから高い評価をいただいています。

これからも患者さんから「ここの病院の食事は美味しい」と言っていただけるように栄養管理室一同、頑張っていきたいと考えています。

(栄養管理室)



献立

- 栗ご飯
- 白身魚の野菜あんかけ
- お浸し(小松菜)
- 茶碗蒸し
- 味噌汁
- 芋ようかん

「最近、歯ぐきが下がって、根が見えてきました。気をつけることは？」

お口の相談コーナー



年をとると健康な歯ぐきが下がり、歯の根が露出して歯が長くなったように見えることがあります。根の表面は、かみあわせ部分のエナメル質に比べてとても軟らかいため、次のようなことが起きやすいので気をつけてください。

強すぎるブラッシングや歯ぎしりなどにより、歯のつけ根だけすり減ってしまう場合があります。すり減った根の表面はツルツルしていますが、冷たいものがしみやすい知覚過敏の症状が出る場合があります。また、歯のすきまや根のへこみに食べ物がたまりやすくなります。歯の根は、エナメル質よりも酸

に弱いため、歯のミネラルが溶け出しやすく、むし歯への注意が必要です。

ご自身でできる予防対策として、「フッ素」が入った歯磨き粉を使って、適切な力でブラッシングをなさってください。フッ素は、穴があく前の初期むし歯にミネラルを取り戻すことができる効果が明らかになっています。定期的に来院していただき、高い濃度のフッ素入りの塗り薬でむし歯予防ができることもわかっています。また、歯ブラシでの口全体のブラッシングの後に、歯のすきまの大きさに応じた正しいサイズの歯間ブラシをお使いいた

保存科 助教 山田 朋美

だくことも効果的です。

歯周病治療のあとに歯ぐきがひきまわって根がでてくることもあります。より効果的なむし歯の予防や治療については当院の担当医にご相談ください。



お口のマメ知識



「オーラルフレイル 一知らぬ間に始まるお口の機能低下」

咀嚼補綴科 医員 村上和裕

最近「噛めない食品が増えた」、「ご飯の食べこぼしやむせが増えた」、「滑舌が悪くなった」といったお口に関する問題を抱えておられませんか? 心当たりがある方は「オーラルフレイル」になっている可能性があります。

オーラルフレイルとはご高齢の方で口腔機能(食べ物を噛む、飲み込む、しゃべるなどのお口の動き)が軽度低下しているが、早めに気づき適切な対応をすることで健康に近づける状態のことです。歯や入れ歯の調子が良くてもオーラルフレイルになることがあります。また口腔機能が良好な方と比べて、オーラルフレイルになっている方は、要介護になる割

合が2倍以上になることが研究によりわかってきました。

これまでは、残っている歯の本数やむし歯の本数、歯周病の検査値といった「歯の健康状態」が注目されてきました。しかし、オーラルフレイルは、歯だけでなく舌や口周りの筋肉、くちびるなどを含んだ「お口全体の健康状態」の変化によるものです。したがって、現在、お口の健康状態を調べることができる口腔機能検査が注目されています。

咀嚼補綴科では、物を咬む力を測る検査や舌の筋力を測る検査などの様々な口腔機能検査を行い、検査結果の説明やその後の指導を行っています。

ます。このお話を読んで、最初に述べたお口に関する問題に心当たりがある方や自身の口腔機能に問題がないか気になる方は、当院の担当医にお気軽にご相談ください。



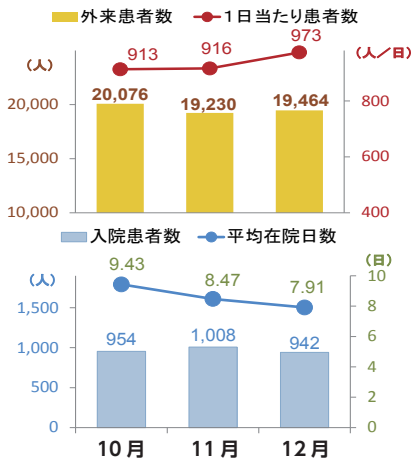
咬む力の検査



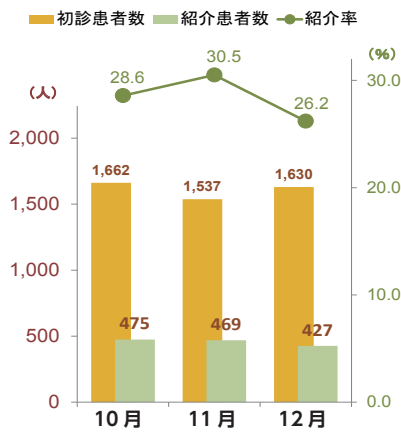
バルーンを使った舌の筋力検査

10月～12月患者数等統計

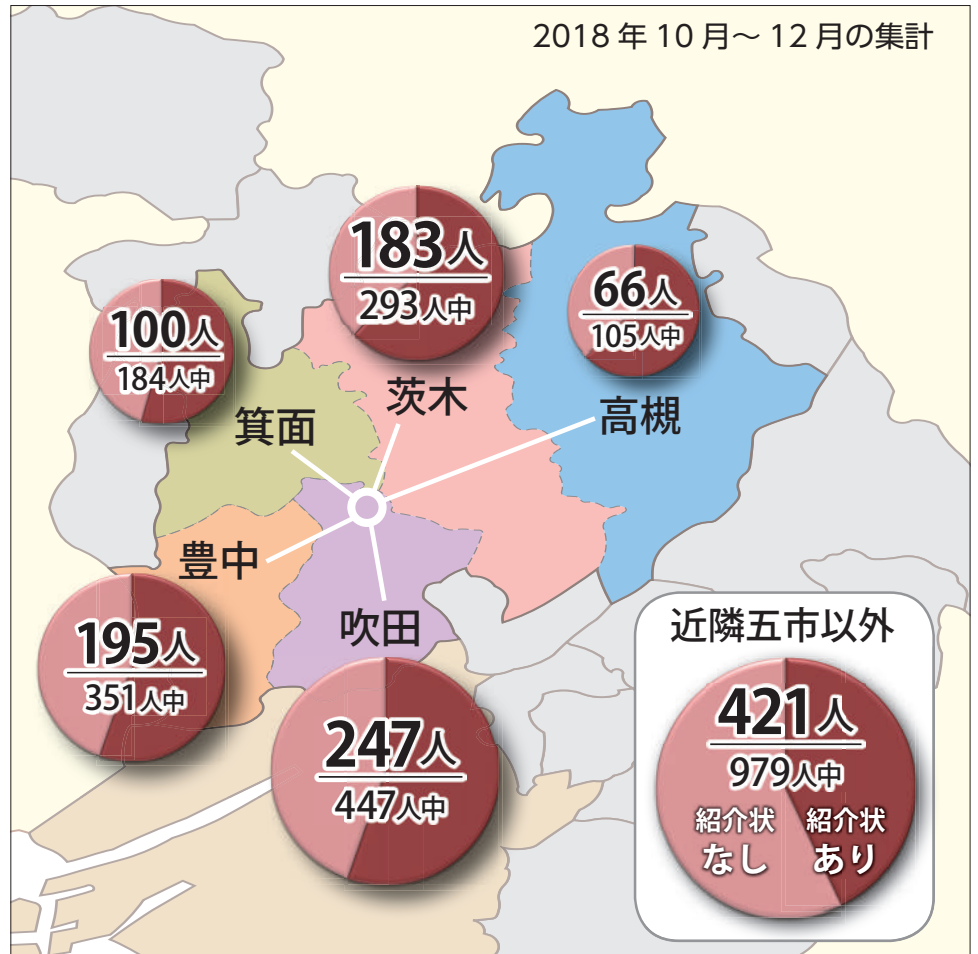
外来患者数・入院患者数



初診患者数と紹介患者数比率



近隣五市の新来患者に占める紹介状持参患者数



病院概要

診療日：月～金 休診日：土日祝日、年末年始（12月29日～1月3日）

受付時間：【初診受付】8時30分～11時30分（初めて受診の方、紹介無し可）

【再診受付】8時30分～15時00分（原則として全科予約制）

住所：〒565-0871 吹田市山田丘1番8号

電話番号：（代表）06-6879-5111（時間外）06-6879-2848

標榜診療科：歯科、矯正歯科、歯科口腔外科、小児歯科

診療内容

口腔衛生指導、虫歯治療、歯周病治療、歯周再生治療、差し歯、入れ歯、インプラント治療、口腔癌治療、口唇口蓋裂治療、障害者歯科治療、摂食・嚥下、スピーチ治療、スポーツ歯科、口臭外来、ドライマウス外来、睡眠時無呼吸、歯の外傷治療等

電話による病気や症状に対する相談には再診料がかかりますので、ご承知ください。

夜間休日の緊急診療につきましては、あらかじめお電話(06-6879-2848)のうえ、お越しください。

入院患者さんへのご面会時間は、12時から19時となっております。

病院へのアクセス

http://hospital.dent.osaka-u.ac.jp/hospital/hospital_000009.html

歯学部附属病院にお車で越しの際は、西門（歯学部門）よりお越しください。なお、平日夜10時以降、土、日および祝日は、千里門よりお越しください。

**看護師・歯科衛生士
募集中！**

—お問合せ—

歯学研究科総務課人事係
06-6879-2834 まで

