



# 南東北ふくしま

平成30年2月1日 Vol.84

【発行】南東北福島病院・リハビリ南東北福島

〒960-2102福島市荒井北三丁目1-13/TEL.024-593-5100

【院是】すべては患者さん・利用者さんのために

## インプラント治療のススメ

南東北福島病院  
歯科口腔外科医員

宇波 雅人



宇波雅人先生

歯は、口の中で複数重要な役割を果たす、人としての機能・審美を構成する重要な器官の一つです。1つ目は咀嚼（そしゃく＝噛むこと）です。食事を美味しく摂る上で咀嚼はとても重要な役割を果たします。もちろん食物を飲み込み・消化しやすい状態にすることが挙げられますが、加えて噛みごたえを感じることも食事で味を感じるように大切な感覚の一つです。

2つ目は発音です。声は喉で出しているイメージをお持ちの方が多くと思いますが、舌や頬や歯を同時に駆使することで様々な音を使い分けています。特にサ行・タ行・ナ行は歯が音の形成に重要な役割を果たします。歯がない方がなんとなく声が異なってしまうのはそのためです。

3つ目は審美です。歯がないと頬や唇を支えるものがない

くなってしまうため、くぼみやその周囲に皺（しわ）が形成されます。皺があることで以前の顔貌と比較し加齢をより強く感じさせてしまいます。

こうした重要な役割を果たす歯を失った代わりを務める治療として挙げられるのが、インプラントによる治療です。その他には入れ歯による治療や本数が少なければブリッジ（繋がった差し歯）の治療も挙げられます。（図1参照）



インプラントとは、自身の歯の代わりに人工の根を作る治療を指します。なので上も（被せもの）自体はいわゆる差し歯と基本的には同じです。

インプラント治療の利点は①他の歯を傷つける・削ることがない②もっとも自身の歯で噛んでいるような噛みごた

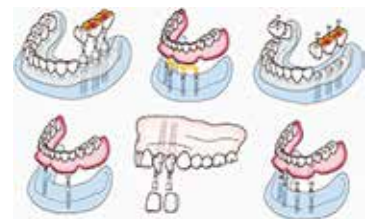


図2

えを感じられる③補う歯の本数に応じて治療方法が選択可能④お手入れの方法は基本的に自分の歯と同じ（より丁寧に行う必要はあります）—など。

欠点は①保険外治療であるため高額②顎の骨の状態によっては先に骨を作る処置などが必要となる場合がある③骨の状態によっては被せるまでに時間がかかる—などです。

【1. 補う本数が1〜数本の場合】

インプラントを足場として土台・冠を作製します。基本的に取り外さないタイプで、ご自身の歯と同じように使用することが可能です。

※インプラントも歯周炎のような炎症を起こしますのでメンテナンスが重要です。

【2. 補う本数が多い〜全顎の場合】（図2参照）

インプラントを複数使用し繋げることで取り外さないものを作る方法があります（多数

数歯の力を受け止めるためインプラントを支える骨によっては困難な場合があります）。またインプラントを支えにした固定のできる入れ歯を作成する方法があります（入れ歯ですので食後等取り外して洗浄する必要があります）。

インプラント治療自体は非常に優れた治療ですが、もちろん万能の治療ではありません。治療前に十分に残っている歯の状態や骨の状態を検査させていただき、場合によっては治療開始までに時間を要する場合もあります。

インプラント治療自体は自費治療ですが、状態等によっては年度末の医療費控除の対象となる場合もあり、その対象となった場合は、還付金請求を行うことが可能です。自身がインプラント可能かどうか、控除の対象となるかなど気になる際はどうぞ無料相談を行っておりますのでお気軽にお申し出ください。

### 今月号のなかみ

- ▼2面⇨臨床工学技士から
- ▼3面⇨薬剤科だより、栄養ひとくちメモ、知って安心！相談室、お口の健康教室
- ▼4面⇨ゆきうさぎ通信、今月のレシピ

# 怖がらないで！大腸内視鏡検査

～炭酸ガスで大腸内視鏡検査の苦痛軽減！～

## 臨床工学技士から

大腸がんは、盲腸・結腸・直腸で構成される長さ約2メートル程の大腸と呼ばれる器官に発生するがんです。特に日本人は、S状結腸と直腸にがんがでやすいと言われています。大腸がんは、全てのがん中でも亡くなる方の上位に入っています。しかし、その一方で早期に見つける事ができれば、お腹を手術することなく、大腸内視鏡で切除することで完治することができる病気です。

大腸がんを早期に見つけるには、「大腸カメラ」と呼ばれる大腸内視鏡検査を受けることが重要です。大腸内視鏡検査は、先端にCCDカメラが接続されている細い管（電子スコープ）をお尻から入れ、大腸の内側の粘膜を観察していきます（図1）。

検査の流れとしては検査日前日の夜、自宅の下剤を飲んでもらいます。検査当日は、自宅もしくは病院で別の下剤を飲んでいただく便を大腸内視鏡検査が始まります。大腸内視鏡検査のイメージは、人によっては「怖い」「痛

い」などと苦痛を伴うのではないかと不安になる方もいらっしゃると思います。痛みが

出る原因としては、開腹手術後の大腸の癒着で大腸が引き延ばされることで起きます。また大腸内視鏡を奥に挿入する過程や腸管を広げて観察するため大腸内に空気を送り込みます。その空気で大腸が引き延ばされ、痛みがでてしまいます（図2）。

しながら検査を進行しますが、炭酸ガス使用の場合は回収の時間を大幅に短縮でき、結果的に検査時間を短縮できます。また検査後の膨満感も、空気でを行う場合に比べ少なく済みます。

市民検診やドックなど利用で異常があつた場合、早期発見するために大腸内視鏡がお勧めです。また大腸内視鏡検査で不安な点や分からない点は医師や内視鏡スタッフにご相談ください。

（臨床工学科 臨床工学技士 國島萌）



図1



図2

大腸内視鏡検査は、全例空気ではなく炭酸ガスを使っています。炭酸ガスは、空気に比べ吸収が早く、吸収後は呼吸によって体外に排出されます。空気を使った大腸内視鏡の場合は、送気した空気を回収

南東北福島病院講演会 2月スケジュール

月日	時間	担当部署 担当者	講演内容	場所
2/1 (木)	11:30 ~ 12:00	看護部 鈴木 真紀	ミニ健康講座 「骨盤底筋を鍛えて尿漏れを防ごう」	中央棟1階 医療相談課前
2/7 (水)	11:00 ~ 11:30	薬剤科 加藤 史浩	ミニ健康講座 「早めに対策 花粉症」	中央棟1階 医療相談課前
2/8 (木)	11:30 ~ 12:00	看護部 二瓶 喜子	ミニ健康講座 「インフルエンザについて」	中央棟1階 医療相談課前
2/9 (金)	14:00 ~ 15:30	医 局 宇波 雅人	総合健康講座 第70回 テーマ:「いつまでも美味しく食べる為に」 嚥下障害とは	東棟7階 講堂
		言語聴覚士 新田 幸世	「むせなく食べるための 口腔トレーニング」	
		歯科衛生士 佐々木知佳子	「食べる機能を保つためには」(仮)	
2/13 (火)	10:00 ~ 10:30	栄養科 高野 夏美	栄養健康教室 「ストップ!冬太り」	中央棟1階 医療相談課前
2/14 (水)	11:00 ~ 11:30	リハビリ科 芳賀 悠	ミニ健康講座 「介護予防体操をして元気になるう!」	中央棟1階 医療相談課前
2/15 (木)	11:30 ~ 12:00	看護部 田中 禎男	ミニ健康講座 「ノロウィルスについて」	中央棟1階 医療相談課前
2/21 (水)	11:00 ~ 11:30	栄養管理科 武田 陽子	ミニ健康講座 「バランスの良い食事を考えよう」	中央棟1階 医療相談課前
2/22 (木)	11:30 ~ 12:00	医療安全 本田 毅	ミニ健康講座 「医療安全の話」	中央棟1階 医療相談課前
2/28 (水)	11:00 ~ 11:30	リハビリ科 芳賀 悠	ミニ健康講座 「介護予防体操をして元気になるう!」	中央棟1階 医療相談課前



# 薬剤科だより

## 知っていますか

### 「うっかりドーピング」

平昌オリンピックが間近となり「ドーピング」が話題になっていきます。ドーピングと聞くとスポーツ選手としてあるまじき行為、卑怯、正々堂々としていない、使用すると健康に害があるーなどを想像すると思います。前述のような問題がある一方で「うっかりドーピング」という言葉があるのをご存知でしょうか？

「うっかりドーピング」とは、競技力の向上目的ではなく、ドーピングとして禁止されている成分（禁止物質）を含む医薬品などをそれとは知らずに病気を治療する目的で服用し、結果的にドーピング違反になってしまうことです。

実際ドーピング禁止物質とされているものは市販薬や健康食品、サプリメントなどにも含まれている場合もあり、うっかりドーピングで違反になってしまふ選手が毎年数人いるのが事実です。禁止物質をやむなく治療に使用した場合、正しく申請をすることで

## 知って安心！相談室

### 医療費控除の準備お済みですか

平成29年度分の確定申告が2月16日から3月15日まで行われますが、昨年1年間に支払った医療費が一定額を超え

認められることもあります。知らなかった、だけでは済まされない厳しいスポーツの世界。こうした側面も理解して選手を応援すると大会熱が更に盛り上がるかもしれません。  
(薬剤科 薬剤師 柳沼歩)

## 栄養ひとくちメモ

### イチゴ



### ビタミンCでカゼ予防と美肌効果

イチゴはバラ科の多年生草です。食用としている部分は花床とよばれ果実ではありません。イチゴの果実は表面に一見して種子に見える一粒一粒で、正確には瘦果(そうか)といえます。日本には江戸時

代、オランダ人によりもたらされ一般に普及したのは1800年代です。本格的に栽培されたのは明治5年頃からで、日本での生産量は年間約20万トン。登録維持されているのは129種です。

### 【成分】

一般的なイチゴの可食部の成分は約90%が水分で糖質約10%、タンパク質・繊維が約1%、総カロリーは100gで35kcalです。イチゴにはビタミンCが多く(100g中62mg)、免疫力を高め、風邪の予防や美肌効果が期待されます。

### 【選び方】

色の濃淡に関わらず鮮やか

でムラが無く光沢があり、ツブツブが立ち、ヘタは緑が濃く元気に反り返っているもの。イチゴは収穫後に追熟しないためそれ以上赤くなることも甘くなることもありませぬ。

### 【おいしい食べ方】

買置きには適していません。鮮度が落ちてビタミンCが失われてしまう前が食べごろ。ヘタを切ってから洗うと切り口からおいしさがどんどん流れ出て終います。ヘタを取らず軽く流す程度に。先のとがった方が甘いです。ヘタの方から口にし、後から先の方を食べるとより甘く感じるができます。(栄養管理科 管理栄養士 武田陽子)

## お口の健康教室

### 歯周病って

#### どんな病気？

歯周病をご存知でしょうか。歯周病は、ひと言でいうと歯を支える歯茎(歯肉)や骨(歯槽骨)が壊されていく病気です。40歳以上の日本人の約8割がこの病気に罹っているというデータがあり、近年では虫歯で歯を失うよりも多いとの報告があります。

口の中には常に3000~500種類の細菌が住んでいるといわれます。歯と歯茎の境目などにはプラーク(歯垢)が多く付着します。プラーク

た場合、所得控除として医療費控除が受けられます。医療費控除の対象は昨年1月1日から12月31日までの間に自己または生計を一にする配偶者や親族が支払った医療費の合計から①保険金などで補填される金額(生命保険契約などで支給される入院費給付金、健康保険などで支給される高額療養費など)②10万円を差し引いた金額です。また新たに「セルフメディケーション税制」が創設されました。健康の保持増進及び疾病予防に関する取り組みと

して一定の健康診査や予防接種などを行っている場合、特定一般用医薬品等の購入費の合計額のうち1万2千円を超える部分の金額を控除額として適用を受けることができます。対象の医薬品には、セルフメディケーション税制の識別マークが付き、レシートにも記載されます。通常の医療費控除とどちらを受けるか選択するようになります。詳しくは国税庁HPや近くの税務署で確認下さい。(医療相談課 社会福祉士 吉田絵美)

1gの中には10億個以上の細菌がいます。特に歯周病の原因となる歯周病菌は酸素を嫌う性質を持つ細菌で歯茎の奥深くで増殖します。

このためしっかりとプラークを除去する事がとても大切で、重要になってきます。歯周病菌が増えて悪さを始めても自覚症状が出ない事が多いうえ、歯周病が進行しているも気付かずに、気付いたときには重症化している事が多いのが歯周病の怖いところです。そうならない為に日々のセルフケアをしっかり行い、症状がなくても歯科を受診して定期的に診てもらおう事がとても重要です。(歯科口腔外科 歯科衛生士)

# 歌や連想ゲーム、Xマスソングを楽しむ

## リハビリ南東北福島で恒例のクリスマス会



赤い帽子をかぶりクリスマスを楽しむ利用者さんたち

リハビリ南東北福島恒例のクリスマス会が昨年12月25日(月)午後2時から各フロアで開かれ、クリスマス小話や連想ゲーム、音楽で利用者さんたちを楽しませました。

クリスマスツリーやキラキラした装飾がいっぱいの会場にはクリスマスソングが流れ、スタッフもいつもと違う服装を着て登場しクリスマスムードは満点。クリスマス会を楽しみに待っていた利用者さんの中には「みんなでかぶってー」という呼びかけにサングラの帽子をかぶって参加する人もおり、会場はワクワクした雰囲気がいっぱいでした。

スタッフがクリスマスの小話をしたのに続き、赤い帽子に赤い服のサンタさんがサプライズ登場。利用者さんたち全員にクリスマスカードをプレゼントしたり、一緒に写真を撮って利用者さんたちを喜ばせました。続いてレクリエーションとして「女性、歌手、横浜出身、加藤和子といえば誰でしょう!？」と言ったような連想ゲームを行いました。最初は遠慮して手を挙げるのをためらっていた利用者さんたちも回数を重ねるごとに発言もだんだん増え、答えが当たったときは「わあ、すごい!」「分からなかった」などと歓声を上げていました。短い時間でしたがとても楽しい充実した時間となりました。

サンタさんの話に大喜びの利用者さんたち



発行

リハビリ南東北福島

# 今月のレシピ

## のっぺい汁



体が温まる  
のっぺい汁✳️  
1月14日の  
お料理教室で  
作りました♪

### 作り方

- ①鶏もも肉は一口大に、油揚げは縦半分に切って、細切りにする。
- ②ごぼうは皮をこそげ、笹がきにして水にさらす。里芋、人参は乱切り、こんにゃくは短冊、しいたけは千切りにする。みつ葉は適当な長さに切る。
- ③鍋に分量の水と、鶏肉とみつ葉以外の材料を入れて煮る。煮立ったら鶏肉を加える。
- ④全体に火が通り、やわらかくなったら調味料で味付けし、水溶き片栗粉でとろみをつける。
- ⑤器に盛って、みつ葉を散らす。

### 材料(1人分)

鶏もも肉	20g
油揚げ	3g
里芋	50g
人参	10g
ごぼう	5g
こんにゃく	10g
しいたけ	1/2個
みつ葉	適量
水	180cc
だし	少々
酒	4g
塩	0.8g
しょうゆ	6g
片栗粉	4.5g

リハビリ南東北福島栄養管理

## 南東北 ふくしま vol.84

発行日 平成30年2月1日  
 発行 (一財)南東北福島病院  
 リハビリ南東北福島  
 住所 〒960-2102  
 福島市荒井北三丁目1-13  
 ☎024-593-5100  
 印刷 株式会社 民報印刷