



卓話

卓話 / 健やかに加齢② 「加齢と歯の健康」 小林俊三会員

年間卒業生3700人で開業に障害

私が昭和30年に卒業したときは、歯科医の年間卒業生は500人、歯科学校は6校でしたが、今や年間卒業生は3700人、歯科学校は29校に増えています。



一時歯科医に人気が出て、子供を歯科医にしたいからと入れる学校をつくることといったことも重なって、増えたんです。現在は、国家試験で25%くらい落とすなど、2割削減しようとして一生懸命です。

虫歯が激減し歯医者仕事も変わる

歯科医は、保健所とタイアップして母親学級とか子供の検診をやって来ました。親が妊産婦手帳を貰うようになると、保健所は子供の歯について教育しました。その成果が徐々に現れました。

私が校医をやっていた15年前は、1学級に虫歯のない子は3人くらいだったのが、今から10年くらい前になると、逆に虫歯のある子は3人くらいになっています。

だんだん歯が素晴らしくなるに連れ、歯医者仕事もなくなってきたわけです。大体昔の10分の1くらいですかね。ですから、小児歯科はなくなってしまいました。

虫歯に変わり歯周病・歯槽膿漏

虫歯が少なくなって登場したのが歯周病です。歯槽膿漏は、骨が溶けていってしまいます。これに罹ると、元通りに骨ができるのは難しいのです。一生懸命治療すれば、階段の踊り場みたいに、あるところまでは並行で、そこからまた落ちることが可能です。

歯周病にはタバコが悪いということが20年前にアメリカの雑誌に発表されましたが、日本でも喫煙が良くないという歯科医が増えていきます。ウソかホントかわかりませんが、中程度の歯周病になる人が喫煙をすべて止めたならば50%減るといって出している歯科医もいます。

ニコチンを研究して本を出した友人は、20本吸う人は自転車に乗って8時間走るのと同じ負担を心臓にかけているといっています。私は、10年前に止めましたが、喫煙者に止めなさいとはいえません。

ホワイトニングとインプラント

今歯医者保険でなくてできるのは、ホワイトニングです。これは歯を白くすることですが、3か月も経つと、元に戻ってしまいます。それでも、歯を白くしたいという人は多いようです。

インプラントは、入れ歯が嫌いな人に利用されています。最近では、だいぶ成績も良くなって来ましたけれども、1本が40~50万円かかります。

加齢とは老化のこと

加齢つまり歳を取ってくれば、だんだん歯がなくなってきます。老化ですね。

最近では、クオリティ・オブ・ライフということが盛んにいわれています。歯がしっかりしていれば、美味しいものが食べられるとか、話がよくなるということです。

歯がなくなると、発音がしにくい、咀嚼ができないということは皆さんよくご存じだと思います。

それでは、どの歯がなにを噛むのかについてみると、前歯は噛み切る、糸切り歯と次の小臼歯は堅いものを噛む、奥歯はある程度小さくなったものを噛む。奥歯である程度細かくなると、飲む込む指令ができる。奥歯のある人は飲む込むことがうまく、奥歯のない人は飲む込むことがうまくできなくて、のどにつかえてしまいます。

歯のある方は、それが理解できないようです。

歯ブラシが使えないと

歯がなくなり歯ブラシが使えなくなると、口の中が汚れてきます。これは、知らず知らずのうちに気管に入ってしまいます。

老人施設で原因不明の高熱を出すことがよくあるのですが、口の中を清掃するように指導したら、高熱を出す人は非常に少なくなりました。

入院している重度の障害児の病室が臭いというので、歯科医が入って歯ブラシの指導をして看護師に処置して貰ったら、数か月後に臭いが消えました。

歯科医師との連携が欠かせません。

総入れ歯

永六輔さんは、上下総入れ歯です。「非常に困ることがある。障害者手帳がもらえないのだろうか」ということを本に書いています。それは、決める人達が歯のある人ばかりだから、歯のない人の苦勞がわからないです。

吉田茂元総理も佐藤栄作元総理も総入れ歯です。入れ歯と仲良くしていれば、総理大臣も務まるということです。入れ歯は嫌だと頑張っている人がいますが、歯がなくてカラオケ行っても面白くありません。拒否しないで、きちんとした入れ歯をつくっていただきたいと思います。

今ある歯を大事にする

結論は、とにかく今ある歯を大事にするということ。歯を磨いて血が出る方は、歯周病が相当悪いかもしれませんが、歯ブラシの使い方が適切でなくて、血が出ていることが相当あります。そうであれば大丈夫です。

残っている歯を大事にしてください。

ご静聴ありがとうございました。