

秋の夜風が気持ち良い季節になりました。今年も残り3カ月です。

最近も豪雨で土石流が起きたり、山が噴火したり災害も目立ちました。そんな時いつも活躍するのは警察、消防、自衛隊の皆さんで頭が下がります。手厚い援助が受けられるこの国に感謝しますが、〇〇ノミクスもうまくいかなければ数年後にはデフォルトが危惧されます。その際 IMF の援助を受け入れると尋常でない改革が余儀なく行われ、大混乱が起こるかも？今のうちから甘えずに、自分の行動には将来を見据えて責任をもちましょう。

骨粗しょう症治療の最前線（伊藤）

以前のかかわら版（vol.13）でも取り上げましたが、骨粗しょう症の治療薬には歯科治療の際に注意が必要なものがあります。ビスフォスホネート製剤という薬です。この薬は現在の骨粗しょう症治療に主に使われているもので、身体の中の骨を破壊する働きを抑える作用を持ちます。骨粗しょう症の進行を食い止めるのに有効な薬ですが、抜歯の後に治癒機転が滞り、顎骨壊死を引き起こす可能性があることが知られています。

最近では**テリパラチド**というビスフォスホネート製剤とは違った作用機序の骨粗しょう症治療薬が開発され期待されています。

さて、骨粗しょう症とは骨の密度が下がってもろくなり、骨折しやすくなる病気です。直接命の危険がある病気ではありませんが、骨折してしまうと寝たきりになってしまう可能性もあり、自覚症状が無いため進行している事に気が付きにくい病気です。

骨も常に古い組織が破壊され、新しい組織が造られるという事を繰り返しています。



古い骨を壊す細胞を破骨細胞といい、この細胞に働きかける作用を持つのがビスフォスホネート製剤です。それに対して、テリパラチドは骨を作る骨芽細胞に働きかけて骨粗しょう症の進行を抑える薬です。注射するタイプの薬で、2年間の投薬制限が設けられています。

このように、骨粗しょう症に限らず新しい薬が日々開発されています。副作用のある薬や飲み合わせに注意のある物など様々ですが、自分の飲む薬は自分でしっかりと管理ができるようにしましょう。骨粗しょう症は骨の生活習慣病とも言えます。カルシウムを積極的に摂り、適度な運動をすることで骨密度を維持し、予防に努めましょう！



歯の破折（黒川）



今までは何の症状もなかったのに、食事中に噛むと痛むことが続くようになったことはありませんか？ もしかしたら歯が割れたり、ヒビが入っていたりしているかもしれません。失ってしまう3大原因はむし歯、歯周病、歯の破折と言われています。むし歯や歯周病はそれぞれ細菌が原因だということをご存知だと思います。

さて、歯の破折はどのように起こるのでしょうか？ 年齢によっても変わってきます。

幼児期…ぶつかけたり、転んだりして前歯を折ることが多い

乳歯か永久歯によって治療方法が異なる

学生期…スポーツで歯を折ってしまう人が増える

成人期…歯の欠損が少なくてかみ合わせのいい人に多いのは、噛みしめ、歯軋り、硬い食品（豆類、せんべい、氷、飴など）を好んで食べることにより、歯にヒビが入る

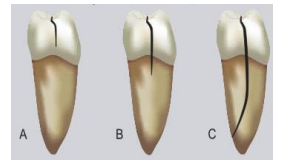
中高年…むし歯の治療をしたが脆くなり、咀嚼やくいしばりの力に負けて折れやすくなる
とくに歯根破折は50歳以降の根の治療をした歯に多く見られる

では、なぜわざわざ硬い物を好むのでしょうか？

柿の種などを食べ始めたらなかなか止まりませんよね。また硬めのおせんべいや歯ごたえのあるお漬物は噛むのも楽しく美味しいので後を引くのです。

適度な大きさ硬さの物を噛むことは、歯根膜、顎関節、咬筋、側頭筋などの神経から中枢に適度な刺激を送り、脳内物質（セロトニン）を出しストレスを解消する働きがあるそうです。

歯は若い頃よりも石灰化が進み歯髓腔（歯の神経の部分）が細くなります。歯根膜の厚さや弾力に違いが出てきてきます。



噛みしめてきた期間が多く、硬いものを好むことが破折に拍車をかけます。

歯のヒビや破折は、部位にもよりますが抜かなければならないこともあります。

特にヒビが入っている状態は肉眼では確認しにくく、レントゲンでも見えないことが多いです。歯の痛みの原因がわからず、大学病院などにある専用の顕微鏡でヒビが入っている事ようやくわかるケースもあります。

歯が破折しないようにする予防法

スポーツをしている人は… スポーツ用マウスピース

歯軋り・くいしばりしている人は… ナイトガード

硬い食品が好き人は… できるだけ控えてください



日常生活ではいろいろなストレスがありますが、歯を失ってしまい噛むことが不自由になってしまうストレスも相当なものです。歯を大切にしましょう！