

2019/3/18 Vol.219 編集(金田)

「予防」時代の「予防歯科」の重要性 (5)

生活環境の中での「予防」、体の健康上の予防医療、経済的活動での予防としての財産管理など少子高齢化の大きな波の中で、我々は今後の将来に向けていろいろな事を考えて、「予防」をしていかなければならない時代に生きているようです。生活していくためには、食事をし、働いて生活の糧を得て、必要な経費を支払い、周りの人々と強調して生きていく生かされている、という事を認識しなければならないようです。

今や、「体の健康」ですら、経済で論じられる悲しい時代になりました。健康で美味しく何でも食べることができて、快活に仕事ができ、楽しく多くの仲間たちと暮らしていくには何が大切で何が重要なのか？知っている人から見れば「当たり前のことだよ！」と言われることでも、多くの人々は、私を含めて日々の生活に追われ、迫りくる経済問題に苦しみ自分の体のことや、健康状態を考える余裕すらなくなって生きているのが現状でしょう。

予防に関しては、自分で知識を蓄え、自分で実践していかなければ、誰かがしてくれるものではないようです。医療に関しては、以前に「じゃあ医者歯医者は何をしてくれるのよお。」と患者さんから言われたことがありましたが、病院や医療人が患者さんの健康になるお手伝いをしているのだと考えます。健康保険制度も20~30年も昔から「将来は、財政的に保険制度を維持することが難しくなる。10年後はもっと保険料を上げなければならない。医療費が膨大に増え続ければ、国家財政を危うくする。」と言われ始めてから、何とか今日まで持ちこたえてきたようですが、総医療費が45兆円に迫ろうとしている現在は、出口が見えない状況で保険制度の内容は、今後悪くなる一方のようです。

生活するうえで、社会保障費が満足ではなくなっていく将来に、病気になると高度な医療に掛かるためには高額な医療費が必要となります。やはり健康な体は財産と言えます。その財産を守るためにはどうしたら良いでしょうか？それは日頃からの健康管理と予防医療への理解と実践をすることです。

お口の健康維持も最近の情報では、慢性疾患である歯周病予防は命に係わる重要項目であるというデータが出てきてから、内科医、循環器内科の先生方から歯科への患者さんの紹介や対診(医療情報の問い合わせ)がある時代となってきました。昔から不謹慎ですが、年老いていく順序として、「歯、目、〇〇」と言われたように、老化の順位で第一番目に上げられる歯の健康、言うなれば、お口の健康度合が今後の生活基盤の上で、予防医療の重要項目と言っても過言ではないと思います。そのためには、日頃からの「かかりつけ歯科医」との付き合い、定期検診で早期発見！早期治療！です。(院長)



季節性アレルギー性鼻炎について

アレルギー性鼻炎は、花粉を原因とする季節性アレルギー性鼻炎とハウスダストやダニなどを原因とする通年性アレルギー性鼻炎とに分類されます。

今回は、季節性アレルギー性鼻炎について調べてみました。

◎ 通年性アレルギー性鼻炎と季節性アレルギー性鼻炎の原因の違い

通年性アレルギー性鼻炎

原因

ダニ、蟻、ユスリカ
ゴキブリ、犬、猫

季節性アレルギー性鼻炎

原因

杉、ヒノキ、カモガヤ(イネ科)
ブタクサ、ヨモギ(キク科)

◎ アレルギー性鼻炎の3大症状

『くしゃみ』『鼻水』『鼻づまり』

アレルギー性鼻炎は、治すことが難しい病気です。
自分の病気の原因を知ること、症状を軽くすることは可能です。



◎ 季節性アレルギー性鼻炎の対策

1. 花粉情報に注意する
2. 花粉が入らないようにマスクする
3. 花粉が目に入らないようにメガネをする
4. 花粉を家に入れないようにする
5. 花粉が家に入ったら除去する
6. 花粉の原因となる草木を除草する



アレルギー性鼻炎に係わらず、すべてのアレルギー性疾患は原因を特定しそれを身体に入れないことが重要です。

ご自身のアレルギーの原因を把握して予防対策することが大切です。
これからの季節、予防対策をしっかりして快適に過ごしたいですね。