

⑩ 月の平日夜間・休日診療

平日夜間診療・休日診療のお問い合わせは、下記までお尋ねください。

海部東部消防署
☎ 442・0119救急医療情報センター
☎ 263・1133海部地区急病診療所
☎ 0567・25・5210

⑩ 月の休日診療＜外科＞

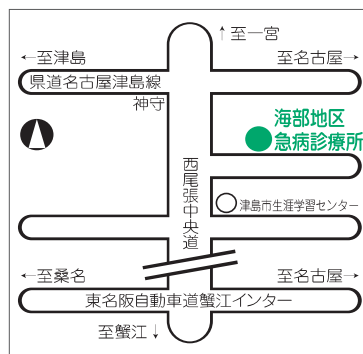
時間 日曜日・祝日 午前9時～正午・午後1時～5時

※午後5時以降は、消防署へお尋ねください。外科専門外の患者さんはお断りする場合があります。

日	病院名	電話	場所
4(日)	そぶえ整形外科	0567・67・5010	弥富市
11(日)	もりや整形外科	052・445・3711	あま市
12(月※)	服部整形外科皮膚科	0567・65・1200	弥富市
18(日)	やとみ整形外科スポーツクリニック	0567・65・5353	弥富市
25(日)	はせ川外科	0567・24・3370	津島市

海部地区急病診療所 津島市荻原町字郷西37番地
☎0567・25・5210
ホームページ(<http://amaq.sakura.ne.jp>)

診療科目	診療日	受付時間
内科・小児科	日曜日・祝日・休日 年末年始(12月30日～1月3日)	午前9時～11時30分 午後1時～4時30分
	土曜日	当面の間、休診
	上記以外の月曜日から金曜日	当面の間、休診
歯科	日曜日・祝日・休日 年末年始(12月30日～1月3日)	午前9時～11時30分 午後2時～4時30分

歯と口の健康講座 その530
「お口の中の細菌」

大人の口の中には、300～700種類の細菌が生息しているといわれます。

歯をよく磨く人で1,000～2,000億個、あまり歯を磨かない人では4,000～6,000億個、さらにほとんど磨かない人では1兆個もの細菌が住み着いています。

細菌と聞くと、誰しもあまりよくないイメージを抱くかと思いますが、お口の中に細菌がいること自体が悪いことではありません。例えば、乳酸菌などの善玉菌は、口腔内の酸性度を調整し、虫歯の予防に役立ちます。また、口腔内の細菌は、体内に侵入しようとする病原菌を防ぐ役割もあります。しかし、菌量をコントロールできていないとどうなるのでしょうか？虫歯や歯周病になるだけでなく、口臭の原因にもなります。そして、唾液を飲み込むことで体内に細菌が侵入し、また、歯周病で炎症(出血)を起こしている歯肉の血管に細菌が入り全身をめぐることで、全身疾患を引き起こすリスクへと繋がっていくのです。体の健康を保つには口腔内の菌量を良好なバランスで保つことが大切です。

歯周病によって危険性が高まる全身疾患の事を、歯周病関連全身疾患症候群と呼びます。代表的なものをあげると、誤嚥性肺炎や脳卒中、心筋梗塞などがあります。誤嚥性肺炎は、細菌を唾液とともに飲み込むことで、気管支の粘膜や肺に炎症が起こります。とくに高齢者はリスクが高く、重症化すると最悪命を落とすこともあります。脳卒中や心筋梗塞は、歯周病菌が歯肉から血管内に侵入することで、血管が狭くなったり傷ついたりして発症のリスクが高まります。

このように、お口の中の細菌は全身をめぐる様々な疾患を引き起こすのです。口腔内の菌量をコントロールすることが大切なのはお分かりいただけたかと思います。では、どうやってコントロールしていけばいいのでしょうか。まず、**何より大切なのは口腔内を清潔に保つことです。毎日の歯磨きはもちろん、歯磨きでは取れない汚れは定期的に歯科医院でクリーニングをしましょう。**