



6月は「歯の衛生月間」です。

お口の健康は全身の健康につながるってホントですか?!

ホーム・ホスピス中尾クリニック
中尾 勘一郎 先生

お口のケアはしていますか?

医者の私が「お口のケア」の話をするのは、違和感かもしれません。実は、お口の状態と全身の病気とは密接に関連しているのです。

例えば、肺炎、特に誤嚥性肺炎の予防には、お口のケアが大事です。きちんとお口のケアを受けている方は、誤嚥性肺炎になる確率が低下しています。また、虫歯・歯周病があると、心臓の病気の原因になることがあります。骨粗しょう症や、がん治療の薬の中には、虫歯・歯周病・顎の骨に影響ある場合もありますので、お口のケアが大切です。咀嚼・嚥下機能は、認知症発症にも影響しているとの報告もあります。

近年、高齢者の栄養障害からの寝たきりも問題となっていますが、きちんとお口から栄養が取れることが大切とされています。このような点から、医科と歯科の連携が大切になってきています。

この春からは、

- 入院患者さんの口腔管理における医科歯科連携
- 糖尿病患者さんの歯周病治療
- 歯科衛生士さんの口腔機能に関する指導

などが進められます。西彼杵地区も「西彼歯科保健推進協議会」において、行政、歯科衛生士、栄養士、介護、住民、行政・保健所、歯科、医科などで、生涯を通じての口腔機能の維持を目指して活動しています。何歳になっても、お口から食事がとれるように、オーラルフレイル(※)にならないように予防していきましょう。

※オーラルフレイルとは

口のフレイル(虚弱)という意味の造語で、口の機能低下に注目した概念です。最近むせやすくなった、食べこぼしが増えた、食欲がない、軟らかいものを好んで食べるようになった、滑舌が悪くなった、口が乾きやすくなった、歯が抜けたままになっているなど、これらのような口に関する“ささいな衰え”がオーラルフレイルです。(国立長寿医療研究センター)



図書館・健康センター複合施設

ホンテラッセ長与

honterrasse nagayo

通信 Vol.14



整備の詳細
長与町ホームページ

問 政策企画課新図書館等建設係 ☎095-801-5661

ホンテラッセ長与の機能紹介②

長与町で建設中の新施設「ホンテラッセ長与」は、図書館と健康センター、交流の場がひとつになった、新しいまちの拠点です。今回は、健康センターについてご紹介します。

長与町は、“長崎県健康づくり優良事例表彰”において、“ヘルシータウン賞”を3年連続で受賞するなど、町民の皆さまの健康意識が高く、日頃の健康づくりの実践が活発な町です。

健康センターは、母子保健事業、健康増進事業、食育推進事業、介護予防事業などを行っており、長与町における健康づくり活動を支えている施設です。

ホンテラッセ長与では、乳幼児健診や集団健診などを行う「健診室」や「診察室」、健康相談を行う「相談室」、試食づくりや調理実習の準備を行う「調理準備室」を整備するほか、交流の場として一般利用も行う「コモンラウンジ」や「クッキングルーム」も活用しながら、さらなる長与町の健康づくり活動の進展を目指します。

現在の長与町健康センター



乳児相談

建設現場の様子(健診室)

