



東山便り

Vol. 80

2023. 8月号



こどもの口腔機能発達不全症について

こんにちは。矯正担当、歯科医師の長縄直子です。先日、年に一度の幼稚園の歯の健診に行ってきました！この幼稚園は息子達が多かったご縁で、もうかれこれ10年くらい健診に通っています。行くたびにかわいい園児たちの様子を見ることができ、「うちの子もこんな時期があったな〜」と懐かしく思い出されるので、とっても楽しみなんです。



今年も、かわいい園児たちの様子を微笑ましく見ていました。一人一人、「おねがいします」と言ってくれたり色々話しかけたりしてくれるのですが、ん？なんだか舌っぺらさずでたどたどしい話し方の子が増えてる？前ってこんなこと気になったっけ？と思いました。無事、健診を終えて幼稚園の先生と話している時のこと。

「最近、食事がうまく飲み込めない子がいて。それも、1人ではなくてチラホラいるんです。コロナが始まってからお弁当の時に前を向いて食べているから、お友達の食べる姿を知らない(マネできない)せいでしょうか？」と相談されました。

全国的にも、虫歯がある子供達は年々減少してきている一方で、唇を閉じることができない、いつも口で呼吸している子供たちが年々増えています。こういった背景もあり、平成30年から日本歯科医学会は「口腔機能発達不全症」を疾患名として設定しました。

「口腔機能発達不全症」は、先天性の疾患などがない健常児において、食べる・話す・呼吸などの機能が十分に発達していない、もしくは正常な機能を獲得できていない状態を指す疾患です。これに当てはまる場合、歯科や耳鼻科などの専門的な支援を必要としているといえます。実際にこういったものが当てはまるのでしょうか。

まず、“食べる”機能不全です。食べるという行為は食べ物を認識して口に運び、噛み、舌で丸めて飲み込むという一連の流れから成り立っていて、この流れをスムーズに行うことができないことです。前述の幼稚園の先生のお話もこれに当てはまりますね。

次に、“話す”機能不全です。話す機能の中でも、正しい音を出す機能は、一般的には5〜6歳頃に完成すると言われていています。この、正しい音を出すという機能、具体的にはカ・サ・タ・ナ・ラの各行の音が正しく発音できない(たとえば、サカナがタカナになる)子供たちが増えていると言われていています。私が幼稚園で感じたたどたどしい話し方の子が増えていると感じたのも、これに当てはまります。

最後に、“呼吸”機能不全です。鼻呼吸は身体にとって最も適切な呼吸方法とされています。吸った息が鼻腔を通ることで、湿り気のある暖かい空気が肺に届けられます。一方で、吸う息が口を通る「口呼吸」には好ましくない影響が多く生じます。実際に、今の子供たちを見ると、お口ばかんの子を多く見かけます。



口の機能の獲得は、産まれてから成人になるまでが重要で、あとは加齢とともに緩やかに低下していきます。特に幼少期は色々な身体の土台ができる時期。この時期にお父さんお母さんなどの家族やお友達の話し方、食べ方を見て学んでいると言えます。もしかしたら、見て学ぶ大事なこの時期に口元を隠すマスクの影響は少なからずあるのかもしれない。

当院では、赤ちゃんからの体やお口の土台作りを応援するSKIPプログラムを用意しています。「いつも口が開いているな」「うちの子食べる時くちゃくちゃ音がするな」などお口の機能について気になることがあれば、いつでも相談してくださいね。



(新メンバー紹介)歯科衛生士の佐藤です

初めまして！この度4月から歯科衛生士として働かせて頂きます、佐藤麻帆と申します。東山デンタルクリニックは私が学生の頃臨床実習の実習先で、実習中に院長先生や歯科衛生士の方から色々学び、私の実習先の中で1番心に残りました。

私は16年間オーストラリアに住んでいたため特技は英語なので、外国人の患者様が来られた時は自分の特技の英語を活かしたいと思います！私はいつも笑っている事が多いので患者様から愛される歯科衛生士を目指し、日々明るい笑顔で頑張りたいと思います。



(新メンバー紹介)歯科衛生士の福田です

皆さんこんにちは、新人歯科衛生士の福田博美です。私は大阪生まれ、大阪育ちの関西人で、夫の転勤により名古屋へ来て10年になります。こう見えて実は喋るよりも聞く方が好き、ツッコミはお任せ下さい(笑)



高3と中2の娘がいるのですが子育ても落ち着いてきたところで“これからの自分の人生をもっと豊かにしたい”という思いから一念発起、歯科衛生士になる道を選びました。今こうやって歯科衛生士になれたのも沢山の方々の協力や支えがあってこそで、本当に日々感謝の気持ちで一杯です。

私の趣味はキャンプと旅行で、次はどこへ出かけようかと計画を立てながらいつもワクワクしています。皆さんのお出かけした話、是非お聞かせ下さい(笑) 東山には実習生時代にお世話になり、ここの温かい雰囲気大好きで入職を決めました。まだまだ新人で至らない事だらけな私ですが、東山の皆さんに育ててもらいながら精一杯頑張っ参りますので、よろしくお願い致します。

キャンセルについてのお願い

ご予約の変更やキャンセルの場合は『必ず前日まで』にご連絡ください

現在、予約が混み合い大変ご迷惑をお掛けしております。対策と改善を続けておりますがお仕事などを理由に「当日キャンセル」される方もおられます。せめて前日ご連絡いただけたら、お待ち頂いている患者さまをお呼びすることが出来たのに…とため息をつくしかありません。

来院される皆さまにはキャンセルのご理解とご協力を承り、出来る限りスムーズに「丁寧」且つ「精度の高い」治療を多くの方にご提供させて頂きたいと考えております。尚、予約時間を5分過ぎてご連絡がない場合は、確認のお電話をさせていただきます。お手数ですが予め当院の電話番号(052)781-5520のご登録をお願い申し上げます。



歯磨き後のお口ゆすぎについて

こんにちは。歯科衛生士の澤田です。毎日行う歯磨きですが、歯磨きの後はしっかりお口をゆすいだ方が良いでしょう？英国の研究で、平均12.5歳の児童3005人を対象に、歯磨き後の口のゆすぎ方の違いによる3年後の虫歯増加率が調べられています。

歯磨き後にコップを使って口をゆすぐ子供より、手を使って少ない水で口をゆすぐ子供の方が虫歯の増加率が16%低いという結果でした。歯磨き粉はフッ素が含まれているものがおすすです。さらにお口をあまりゆすがない方がフッ素が洗い流されずお口の中にとどまるため、虫歯になりにくいのです。うがいのお水の目安量はペットボトルのフター一杯分(10ml)です。片方の手で水をすくうと大体フター一杯分の量になります。お口のゆすぎ方もむし歯予防に関係しています。

ですが、たくさんゆすがないとスッキリしない！という方にはうがいの後、フッ素洗口液をして頂くのがおすすです😊 たくさんのお水で口をゆすいだ後は、フッ素洗口液を最後にして頂くと、洗口後はお水でゆすがないため、お口の中にフッ素を残すことができます。洗口液だけでは歯の汚れは落ちないので、歯磨きをした後に使用することが大切です。当院のフッ素洗口液は2種類 ☆GC洗口液：味あり(優しいリンゴ味) ☆オラブリス洗口液：味なし をおすすめています😊 (歯科衛生士 澤田)



健口小話 ~あなたは大丈夫？隠れ熱中症について~

水分補給やエアコン対策をしているにもかかわらず、熱中症になってしまう…「隠れ熱中症」をご存知ですか？人間には本来、体温が上昇しても、汗をかくことで体温を下げる体温調節機能があるのですが、脱水症で思うように汗がかけなくなると、自力での体温調節ができなくなってしまい、高体温の状態が続いてしまうことになります。

隠れ熱中症は、本人は無自覚のうちに、体内の水分が減ってしまっている状態で、別名「隠れ脱水」ともよばれています。自覚症状がないため、気づいた時には重症化している危険も。こうした状況を防ぐにはやはり「正しい水分補給」がポイントになります。胃腸の負担にならないよう常温の水やカフェインの無いお茶をとにかくこまめに摂取。「ミネラル補給」を意識して、暑い夏を乗り切りましょう！

(歯科医師 長縄直子、「健康の種」大塚ようこ監修)

東山LINE公式アカウントのご案内



妊婦の方や乳幼児のお母さん向けセミナーや為になる情報をLINEでもお知らせしています。QRコードからぜひご登録くださいね♡♡



診療時間8:30~12:30/14:00~17:30

▲土曜午後は13:30まで

休診：日曜・祝日

〒464-0807

名古屋市千種区東山通5-89-1

地下鉄東山線「東山公園駅」徒歩3分

TEL 052-781-5520

質問のボタンを回す、スタッフリレー 10

中道彩香さん から、⇒山口倫世さん へ

Q：短期留学や海外旅行をして、今まで行ったことのある国で1番印象に残った国はどこでしたか🌍？また、その国の良かったところも教えてください！

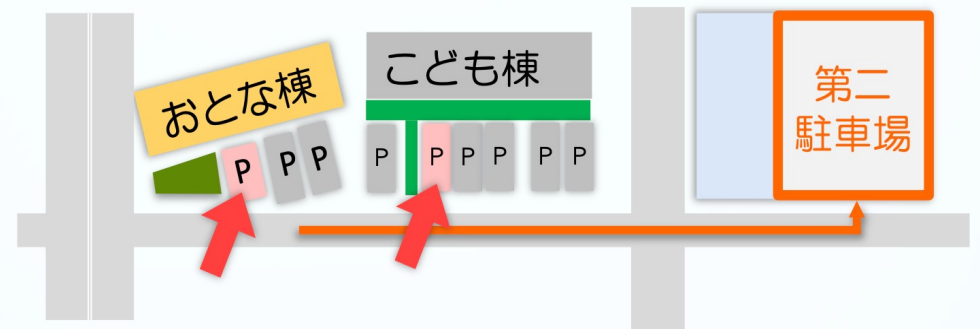
A：シンガポールがとてもよかったです！🇸🇬 年末の時期に訪れたのですが、マーライオンがある公園周辺では、大晦日のカウントダウンを行っていました。半袖で冷たいジュースを飲みながら、花火を見て夏の年越しを過ごしました🌟

よかったところは、都会的でもありながら、リゾート地や、インドやアラブの様な異国の雰囲気味わえる場所もあるところです。シンガポールは地図で見ると、とーっても小さな国ですが、一つの国で複数の国を旅行した気分を味わえました！✈️

今回は、山口倫世さん から、⇒ 森美香さん への質問
「美香さんはとっても不思議な体験をよくされているイメージですが、今までで味わった世にも奇妙な体験があれば教えてください！」

駐車場の案内

◆ 当院西側の駐車場の一番左の駐車スペース➡は**小型車、軽自動車専用**となっております。こちらに普通車を駐車されますと、歩行者ならびに車の通行の妨げになります。恐れ入りますが、小型車、軽自動車以外を駐車されないようお願い致します。(近隣の方より苦情、および警察からの注意勧告を受けております。何卒ご協力の程よろしくお願い致します。)



◆ 満車の場合は、当院より南へ50m程の場所にありますが**第二駐車場**をご利用下さい。入口から向かって右側に**3台分**の駐車スペースがございます。他の駐車スペースは利用できません。(なお、駐車場内でのトラブルについては、一切の責任を負いかねます。)