

# は 「歯っらっ便り」



コープ歯科まるがめ診療所ニュース 2014年5月 No10

発行：コープ歯科まるがめ診療所 部内資料

## 歯の衛生週間企画

### 土器川ウォーキングと無料歯科検診のご案内

毎年6月に「歯の衛生週間」に合わせて、スーパー等で青空健康チェックと無料歯科検診を実施していましたが、今年はコープ歯科まるがめ現地での企画を予定しています。

土器川沿いをウォーキングで植物観察や景色をみながら初夏の風を感じてみましょう。またコープ歯科では無料の歯科検診を実施します。この機会に歯科チェックを受けてみませんか？

開催日：2014年6月14日（土）

10:30～11:30 土器川ウォーキング（10:00

集合）

12:00～13:30 無料歯科検診

場所：コープ歯科まるがめ診療所（ウォーキング集合場所）

申し込み・お問い合わせ先：コープ歯科 長谷川（58-188

### 診療時間のご案内（予約優先）☎0877-58-1888

	月	火	水	木	金	土
9:00～12:30	○	○	○	○	○	○
14:00～19:00	○	○	×	○	○	×

ウラも見てね

## 歯の豆知識

### 第十話 閉塞性睡眠時無呼吸症について

今回は、私達に大切な睡眠の話をしたと思います。睡眠時無呼吸症候群は最近その名がよく知られ問題視されるようになってきました。この病気は眠りだすと呼吸が止まってしまう病気です。血液中の酸素濃度が低下するため目が覚め再び呼吸を始めますが眠りだすとまた止まってしまう。これを一晩中繰り返し体内の酸素濃度が下がる為、心臓の働きが強まって高血圧となり動脈硬化もすすみ、心筋梗塞や脳梗塞を起こしやすくします。コープ歯科まるがめでも診療中の様子や、お口の状態で、閉塞性無呼吸症候群ではないか？と疑う患者さんがたくさんいらっしゃいます。

- ① 口の中に水が溜められず苦しがる
- ② 舌が大きく、口唇や頬の排除がしにくい
- ③ 歯の咬耗が激しい
- ④ 診療中にすぐに寝てしまう
- ⑤ 小顔、顎が小さい

などです



今まで肥満気味の男性の病気だと思われていましたが女性にも多いことが言われています。内科（善通寺診療所も検査できます）で睡眠時ポリグラフ検査の装置を借り、自宅で一晩装着して寝ます。装置返却後1～2週間で結果がでます。費用は3割負担で3000円～4000円程度です。無呼吸症候群と診断されるとC-パップやスリープスプリントでの治療を受けるようになります。日中、眠たい、朝起きると頭痛がする、いびきを掻いていると言われるなど、悩みのある方はご相談くださいね。

(コープ歯科まるがめ 歯科衛生士 前田幹子)

### ～診療所トピックス～

#### 菜の花が一面に咲きました



今シーズンは冬がとても寒かったですね。その分、春が待ち遠しかったですが、コープ歯科の花壇では黄色い「菜の花」が一面に咲き、利用者にとっても好評でした。ミツバチも一生懸命「蜜」を集めていてとても可愛かったです。ただ残念だったのがその光景を写真におさめるのを忘れてしまい、ちょっと後悔しています。(笑)