



# きた歯科だより

LINE予約



発行/ きた歯科医院 〒520-2331 野洲市小篠原 2215 ☎077-588-5885

ホームページ <https://www.kita-dental.jp> Eメール [info@kita-dental.jp](mailto:info@kita-dental.jp)

先月末に、京都市の京セラ美術館で開催されている『モネ 睡蓮のとき』を観に行きました。空にはまだ灰色の雲が重なり、冷たい風が吹いて冬の名残が感じられましたが、東山では桜の花が少しずつ開花しはじめていました。朝夕と昼間との気温差が大きいために、体調を崩しやすい季節ですので、皆様、体調管理にお気をつけください。

日頃の生活で、①硬いものが食べにくくなった、②汁物を飲むときに時々むせるようになった、③口の中が乾くようになった、④薬を飲みにくくなった、⑤滑舌が悪くなった、⑥食事をするのに時間がかかるようになった、⑦食べこぼしをするようになった、⑧食後に口の中に食べ物が残るようになった、の8つの項目の中から、1つでも該当するものがあたら、『口腔機能低下症』の疑いがあります。口腔機能低下症とは、主に加齢によりお口の中の、感覚や咀嚼、嚥下、発音、唾液分泌等の機能が少しずつ低下してくる症状を表す、検査結果に基づく疾患名で、2018年から保険診療に含まれ、昨年の保険診療改定から、かかりつけ歯科医院は、むし歯や歯周病の治療やメンテナンスの他に、小児と大人の口腔機能の診断とトレーニングに、専門的に介入することが位置づけられました。

当院では、これまでに準備を進めて、先月から、50歳以上の方を対象に、お口の機能の老化や衰えを気づくことができる簡便な検査『口腔機能低下症の検査』を保険診療で受けて頂くことが出来るようになりました。先月より、数名の方がこの検査を受けられ、お口の機能が少し衰えていることが分かり、自宅でのトレーニングを開始して頂いております。最初の詳しい検査の後には、毎月～数か月に1回の割合で、トレーニングの効果の確認、再検査を行い、新しい内容のトレーニングもご紹介して、毎日楽しくお口の機能の衰えを防ぐ取り組みをして頂けます。

統計では、滋賀県の平均寿命は、男性約83歳・女性約88歳で、健康寿命は、男性約81歳・女性約85歳で、その差にあたる数年間は要介護2～5に相当する期間で、誤嚥性肺炎で死亡する方が特に多いことから、お口の機能の衰えを検査で早期に発見して、口腔機能の低下を出来る限り遅らせて、人生の最後までお口でごはんを美味しく食べて頂くことが、この検査の目的になりますので、ご理解ください。ご興味のある方は、お声かけ下さい。

あなたは  
知ってる?

## 歯とお口のクイズ?



現代の12歳児の「むし歯の数」は平均何本でしょう?

今から41年前の昭和59年当時、12歳児のむし歯の本数は一人当たり平均4.75本でした。年々健康意識の高まりとともにむし歯も減少傾向にあります。現代の12歳児のむし歯の本数は平均どれくらいだと思いますか?



1

約3本

2

約1.5本

3

約0.5本

楽しく知識を身につけましょう。「答え」は他のページに載っています。