

■ 岐阜環境医学研究所・座禪洞診療所
 ● 呼吸器疾患・止煙相談
 診察日：毎週 木曜・金曜
 時間：9:00~12:00、13:00~17:00
 〒502-0017 岐阜市長良雄総878-16
 IP Tel:050-5201-5567
 FAX:058-296-3903
 E-mail:zazendoh@ccn.aitai.ne.jp
 http://www42.tok2.com/home/zazendoh/

第27号 2006.5.1
 毎月1回発行 座禪洞診療所 松井英介

座禪洞だより

× たばこシリーズ

- わかっちゃいるけど、やめられない -
 (21)

タバコの口への影響 - 歯周病 -

喫煙と歯周病の関係を調べた研究は無数にあります。それら疫学研究から、喫煙者の歯周病には特徴があることがわかってきました。喫煙者では、歯槽骨やアタッチメントの破壊だけでなく、歯周ポケットの深いところがあったり、歯石が多いことがわかっています。また、肉眼的に歯肉の状態が良くても、歯周の破壊が進んでいる場合があります。若い喫煙者では、とくに注意が必要です(表3)。喫煙は歯周の治療効果にも重大な影響をおよぼします。

どのようにして、タバコは歯周組織に悪影響を与えるのでしょうか。皮膚の微小循環への影響については、よく知られていますが、最近、タバコの歯周微小循環障害のメカニズムがわかってきました。歯周組織への酸素の供給が阻害されるのです。ニコチンは、歯面に停留し、歯周の免疫細胞や歯根膜の線維芽細胞を傷つけることもわかってきました(図1)。(以下、次号)

表3 医学雑誌にある喫煙者歯周病の臨床的特徴

分類	項目	特徴
歯肉炎	歯槽骨	吸収が大きい
	アタッチメント	喪失が大きい
歯周炎	歯槽ポケット	深い、閉鎖数が多い
	歯石	付着が多い
歯肉腫	歯肉炎	両側性が多い
	アタッチメント	喪失
歯肉腫	歯肉炎	両側性が多い

[参考文献]
 (埴岡隆：喫煙の口腔への悪影響『月刊保団連』2000.12.No.688から引用)

図1 黒く変色している歯肉
 (中村正和監修『タバコは全身病 卒煙編』少年写真新聞社、2004から引用)

漢方入門

(3)



「マオウ」植物の地上茎を生薬マオウ(麻黄)と称して気管支喘息などの鎮咳薬の目的で用いる。

于海 (Yu Hai)

漢方医学では、薬を薬性や味などで分類しています。薬性は寒、熱、温、涼という四種類に分けられています。味(五味と通称する)は辛、甘、酸、苦、鹹(かん、塩辛い)という五つの味です。

寒と涼は熱証に用いられ、熱と温は寒証に使われます。また、薬性と五味は組合せられて(例えば、寒辛、熱辛、温苦など)生薬のそれぞれの特徴が示されます。

各生薬の特徴により、季節、病気の過程と症状および体質に合わせて、漢方の方剤あるいは単味薬の組合せを



【シソ】本種の葉、枝先を生薬ソコウ(蘇葉)と称し、解熱、鎮咳、健胃、利尿などの目的で香蘇散、半夏厚朴湯などの漢方処方に配合される他、葉は食用としても利用される。

活用します。夏には薄荷、紫蘇、蒲公英(タンポポ)などをよく使います。葛根湯(カクコントウ)、桂枝湯(ケイシトウ)、麻黄湯(マオウトウ)、防風通聖散(ポウフウツウショウサン)、荊芥連翹湯(ケイガイレンギョウトウ)などは、風邪の治療に用いますが、風邪の病期、症状、体質、季節など諸因素を考えなければなりません。(つづく)

[参考写真] 帝京大学薬学部ホームページより
<http://www2.odn.ne.jp/~had26900/index.htm>



図1 黒く変色している歯肉(引用文献左記)

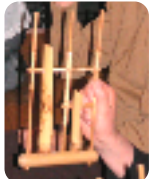
Violinist 岩切陽子の音楽ひろば

～♪ たのしく心と体リフレッシュ♪～

第2回「音楽ひろば」のようすご紹介

桜も満開の時を迎えた4月4日午後、あいにくの雨でしたが第5期2回目の音楽ひろばが開かれました。

今回のコミュニケーションゲームは「ジャンケンゲーム・負けるが勝ちヨ!」。二人一組で、先出し後出しを決め、後出しの人が負けるようにジャンケンします。ジャンケンは勝つように脳にインプットされているので勝ってしまう人が続出、笑い声がいっぱいでした。



このように持って振り演奏します。

コミュニケーションゲームはバンブーコロ(アングルン)という民族楽器を使用。片手で持って振るとコロコロとかわいい音を奏でます。ひとつずつ音階になっていて、さしずめ竹製のハンドベルでしょうか。先生の指導のもと、「さくらさくら」を演奏しました。



『バンブーコロ(アングルン)』インドネシアの民族楽器。竹筒を振って音を出します。カラカラと爽やかな音色です。脳にも良い刺激を与えるらしいです! 1オクターブ分で1セットです

めずらしい楽器に出会えるのも音楽ひろばの魅力のひとつです。毎回こころやすまるヴァイオリン演奏や右脳を活性化させる楽しいゲームが好評です。多くの方の参加をお待ちしております。