2009 年 11 月～

人間歯科学研究会報

人間歯科学研究会
〒567-0883　茨木市大手町 7-26
FAX　０７２－６２６－６５１９
E-mail yoshihara@gold.ocn.ne.jp

インフルエンザの恐怖

毎年寒くなるとインフルエンザが流行るとはいえ、今年の新型インフルエンザは、年齢に関係なく死亡するという恐ろしい型になった。

日本では何故か低年齢児に多発するという特殊な状況にある。感染力が強いといわれているが、感染者が認められない地域で突然高熱を出し短時間で脳炎を起こし心配停止状態になった例もあるという。

9 月の本会報で予測した数値に近づいたのは、感染予防が流行に追いつかないという理由がある。

ワクチンや治療薬の効能が次々と変わったことも 1 つの理由だが、新型インフルエンザが、次々と変化していくという最悪の状態をまねいているからであるという。

北里柴三郎の格言である「医者の使命は病気から護ることにある」は相手がくるくる変化する場合には、予防することは難しい。

免疫力を高める

変型インフルエンザは当初、基礎疾患を持っている患者が重症化や死を招くとされていた。しかし虚弱体質者や、1 歳に満たない乳児が突然感染することから、改めて体質を重視せざるをえない。

免疫力は血液中の白血球の量や、白血球の顆粒球とリンパ球との比率で評価されることが多い。リンパ球より顆粒球が多くなると免疫力が低下していると考える。

歯科では、血液検査をするまでもなく、唾液の流出量と唾液中の血球を位相差顕微鏡で確認することができる。中でも唾液の量は小さなメスシリンダーか、ビーカーで簡単に採取でき、判定の基準になりうる。

唾液量を多くして健康を保つ

1)　食事は複数の人たちと一緒に楽しく摂り、1 口 30 回噛む
2)　反射唾液（耳下腺唾液）を流出しやすい食品を 1 品以上加える
3)　疲労やストレスがたまったと思われる時には上質な歯ブラシでブラッシングする
(例)
　Dr. Angel シリーズ歯ブラシに高野山のふもとに湧く「神秘の水」を口中と歯ブラシにスプレーして、咬合安静位で歯列弓唇側を横みがきする
4)　Chewing Master ＣＡＭ ＣＡＭを含み、ゆっくり噛む（5 分以上）

上記の項目を日常化すると、免疫力を高めて健康を保つことができると同時に表情も豊かになり、活性酸素を抑えて大脳の活性化（ドーパミンの発生を増加させる）が得られる。

病気から護るために薬を使うのではなく、自らの体内から健康を保つという予防法は最新医学療法であるといっても過言ではない。

～ キーワード ～
唾液　Dr. Angel　ＣＡＭ ＣＡＭ　神秘の水

11 月 8 日はいい歯の日

歯ブラシ専門館は 11 月 2 日、MBS ラジオの生放送で歯ブラシの紹介をしました!!

今年はこれまでになく、1 年を通じてニュース等のメディアでも「**噛む**」ことがテーマに上げられてましたが、11 月 8 日はそのテーマを更に煮詰めるべく「最新　ＣＡＭ ＣＡＭ Academy」を開催しました。

人間歯科学研究会を代表して、著者が「噛めば噛むほど子どもは伸びる！」と題して出版した著書を使い、「子どもの咬合を考える会」の会員である先生方にお集まり頂き、11 月 7 日・8 日の 2 日に渡り全力で「咬合の発育と発達」について勉強をしました。

個人 (individual) について考えることの難しさを改めて実感させられました。

これからの活動と活躍が歯科界の土壌を強化し、正しい歯科医療が益々発展していくことになると信じています。