

歯周病が早産や低体重児出産の起因に…?

「妊婦歯科健診でリスクを減らそう」

妊娠すると産婦人科での健診だけでなく、歯科での健診もすすめられます。「なぜ歯科に行く必要があるの?」と疑問に思われる方もいらっしゃるのではないかでしょうか。妊娠中に口腔ケアを行うことは、妊婦さんの口の中と生まれてくる赤ちゃんを守ることにつながります。妊娠期間中の口腔ケアに対する正しい知識を身につける場所が、「妊婦歯科健診」であるとも言えます。

大学病院などマタニティ歯科外来のあるところでは定期(5~9ヶ月頃)での治療、さらに「妊活」の段階での治療を推奨しています。現在、「妊婦歯科健診」は、より安全な出産や妊婦さんの健康のために、全国的に妊娠がわかった時点での早めの受診がすすめられています。

歯科医師 小池秀行



はじめに

小池病院の歯科は「妊婦歯科健診」に対して早くから取り組んでいます。前身の小池デンタルクリニック開院時から10年以上に亘り、福山市の妊婦歯科健診実施よりも早い段階で、母体である小池病院とともにその重要性を訴えてきました。そして福山市と福

山市歯科医師会が協力して妊婦歯科健診を行うようになったことで、以前よりも多くの妊婦さんが健診を受けておられます。

それでも未だ妊婦歯科健診を受診されていない妊婦さんや、出産が近くなってからの受診という方も多いです。妊娠がわかつたら早めに受診することの重要性について説明していくたいと思います。

妊婦さんと歯周病

妊娠すると女性ホルモンが増加して活躍しますが、歯周病の病原菌はこの女性ホルモンが大好きで一緒に増えてしまうのですが、**妊娠中は歯周病の病原菌の数がおよそ「5倍」になる**といった報告もあり、その倍率に驚くことでしょう。

この「5倍」とは健康でキレイな口元の人と比べてではなく、普段の自分の口の中にある歯周病の病原菌が5倍になると考えてください。「歯科の定期健診に通いメンテナンスをする」「毎食後歯を磨く」などの口腔ケアをしっかりと行っている人と比べたとき、キレイな人よりも普段の病原菌が多いければそれがさらに5倍になりますので、実質5倍以上の病原菌が存在するということになってしまいます。すでに歯

周病である妊婦さんであれば歯周病が更に悪化することとなり、歯周病でなかったとしても歯周病になるリスクが非常に高くなることが理解できるでしょう。ですから多くの場合、妊婦さんは歯周病であるともいえます。

「自分は歯周病じゃないから大丈夫」と思っていないか?

TVの歯ミガキ剤のCMなどで「日本人の成人の8割が歯周病」というセリフを聞いたことはないでしょうか。さらに「日本歯周病学会」「日本臨床歯周病学会」が刊行した初の公式本『日本人はこうして歯を失っていく専門医が教える歯周病の怖さと正しい治し方』にはさらに恐ろしい数値が記載されています「日本人の7割以上が歯周病」と書かれています。

「成人」と限定せずに「未成年」も含めた数字で7割を超えてくるというのは、「未成年だから歯周病ではない」とは限らないということです。また、20歳代の約70%が歯周病とされており、65歳以上の高齢者になると歯のない人以外はほぼ全員が歯周病だとされています。55歳以上は半数以上に重症化が見られるとし、20歳を超えると増加していくと説明しています。これだけの話を聞いても、「私は毎日歯を磨いているから歯周病じゃない」と思われる方がいるのではないか。しかし、前述を言い換えるなら、周囲の人を見渡して歯周病でなくとも、定期的に歯科医院にメンテナンスに通いしっかり歯磨きを行っている人を2~3人思いつくなら、それ以外の人は歯周病の可能性が高いということと同義とも言えるでしょう。あなたはどちら側の人ですか? 残念ながら多くの人はやはり歯周病です。

「痛くないから歯周病じゃない」と思わ

れている人も多いようですが、歯周病は病気であって怪我ではないので痛くないから病気じゃないということにはなりません。身体の他の病気などを思い浮かべてください。「痛くない」と「病気じゃない」は同じではないですね。歯周病の場合は皆さんが自覚するのは、歯を支える土台である顎の骨の部分が歯周病によって溶かされることで歯ぐきが下がり、歯の根っここの部分の露出により知覚過敏が生じたり、歯が揺れて噛めなくなったり、口臭がきつくなったり、歯磨きのときに出血したり、などでしょうか。このような症状が出たとき、その歯は抜かなくてはいけない、残せない、といった可能性が生じてきます。日本人が歯を失う一番の原因是、虫歯ではなく歯周病だということも覚えておいてください。

歯周病によって妊婦・胎児が受ける影響

■早産・低体重児出産

歯周病の病原菌は血管を流れる血液によって全身を移動し、妊娠中の子宮に影響を与える場合があります。この影響というのは『早産・低体重児出産』のリスクを上げることです。日本臨床歯周病学会でもこのリスクが約7倍であるとしており、タバコやアルコール、高齢出産などよりもはるかに高い数字であると注意喚起しています。妊娠中に口の中の手入れを行ったからといって早産や低体重児出産にならないと言い切れるわけではありませんが、もし口の中の手入れをちゃんと行わず、結果として早産・低体重児出産となつたときに後悔されるのではないでしょうか。歯周病によってこのようなリスクが上がるのであれば、定期的に十分な手入れをしておくことでリスクを下げておきたいですよね。

日本臨床歯周病学会



■智歯周囲炎(親知らずの炎症)

※歯周病の一種

多くの人の場合、親知らずはキレイに生えることなく変な方を向いていたり、ちょっとだけ見えているけど大部分が骨の中に埋まっていたり、完全に埋まっていたりなどしています。生えていても歯並びが悪ければ歯周病は悪化しやすく、ちょっとだけ見えている状態なので汚れは入り込みやすく、搔き出しにくい状態で、これも同様に悪化しやすいわけです。当然、一番奥にあるので歯磨きも困難です。通常でも歯周病が悪化しやすいポイントが多いこの親知らずが、妊娠によって歯周病の悪化が促進されるとどうなるでしょう。急激な痛みを伴って、出産前なのに眠れない痛みに悩まされる可能性もありますし、更なる歯周病の悪化の手助けともなってしまうかもしれません。定期を利用して予防的な対処をしておきたいところです。

■口内炎

妊娠により増加した歯周病の病原菌によって歯ぐきなど口の中の粘膜が攻撃されれば、当然ですが口内炎もできやすく悪化しやすい環境となっていることも覚えておきましょう。

■虫歯

つわりや偏食、食事回数や間食の増加など食生活の変化が影響する場合もあり、また、嘔吐で胃液(酸)が逆流して歯が溶かされやすくなることも影響します。簡単に言えば歯の表面がもろくなり、虫歯が進行しやすい状況になってしまふともいえます。嘔吐の後などはそのままにせず、せめてうがいをして口の中の酸の濃度を低下させておくことをおすすめします。

■妊娠性歯周炎・妊娠性エピーリス

どちらも妊娠によって生じやすい歯ぐきの炎症です。後者は良性腫瘍の一種で歯ぐきだけに生じます。

歯周病や虫歯の治療

妊娠初期や出産直前を避ければ、歯科治療は可能です。出産直前に口が原因で痛くて眠れない妊婦さんや、点滴を打ちながら歯科治療を行わなければならなくなつた妊婦さんを年間に何人も治療することができ、そのような状態で治療を行うよりは、先ほど述べた『早産や低体重児』のリスクも考えると、安定期を目安に治療をしておくことをおすすめします。

治療による影響

■レントゲンのおなかの赤ちゃんへの影響

レントゲンを不安に思う方もいるかと思います。しかし歯はおなかから場所が離れており、さらに撮影時には鉛のエプロンをしていただきますので、おなかの赤ちゃんが被曝する量は限りなくゼロに近く、赤ちゃんへの被曝の影響はまったくないのに等しいことがわかっています。また、当院の歯科用 CTなどのX線撮影装置はデジタル撮影となっており、従来のフィルムタイプに比べて被曝量も少なくなっています。

一般的な被曝量は日常生活での1年あたりの日本平均で約1.5mSv(ミリシーベルト)、世界平均で約2.4mSv、東京↔ニューヨーク間航空機で往復が約0.2mSv、さらに医科用CT撮影が約6.9mSvとなり、飲食物からも実は被曝の影響というものはあって、たとえば水を1日2リットル1ヵ月飲むと約0.4mSvです。これに対し歯科では歯科用CTですら約0.1mSvであることから考えると非常に少量の被曝量なので安心しているだけだと思います。

悪化させる原因をより大きくします。

■麻酔注射の影響

歯科治療に使う麻酔は、全身麻酔ではなく局所麻酔です。無痛分娩にも使われる麻酔と同様のものなので、ご心配いりません。また、局所麻酔薬には血管収縮剤が入っているため、治療をする歯の周辺に麻酔薬は停滞しますのでおなかの赤ちゃんに影響しません。

■抗生素質や痛み止め

抗生素質であればペニシリン系やセフェム系、鎮痛剤はカロナールなどアセトアミノフェンが安全であることが産婦人科医師の見解で明らかになっています。必要な場合には歯科医や産婦人科医と相談して最小限を使うことをおすすめします。また、当院の歯科では産婦人科でも処方するような、妊婦さんが安全に服用できる抗生素質や痛み止めを使用しているので安心ください。

■生まれた子どもへの影響

生まれたばかりの赤ちゃんの口の中には虫歯のバイ菌はいませんが、成長する過程で周囲の人から感染していく、口の中に常在菌と呼ばれるものを取り込んでいきます。同じ食器、カップ、箸などを使わないようにしても、お子さんを抱きかかえるなどの近い距離で話しかければ飛沫感染てしまいます。こういった理由から感染源として確率が高いのは、母親からが約75%、父親からが約15%、祖母や保育園の保育士さんなどからが約10%となり、身近な人からの感染がほとんどを占め、どういった感染をするかによって、大人になったときの虫歯になりやすさにも影響を与えます。とはいって、完全に周囲の大人と食器その他を完全に分けたり、スキップを絶つことは不可能です。ですから、周囲の大人、とくに両親が口の中をキレイにしておかないと、生まれたお子さんの口の中を

悪化させる原因をより大きくします。

■乳歯や永久歯への影響

お子さんの歯は、実はおなかの中にいる間に乳歯や永久歯は作られ始めています。乳歯のもとになる歯胚と言われるものが頸の中で作られ始めるのが、妊娠7週目頃からで、妊娠4ヵ月頃から硬くなり石灰化が始まり、産まれる頃には生える準備ができています。永久歯も妊娠4~5ヵ月頃から歯胚ができ始め、産まれる頃に石灰化が始まります。ですから、お子さんの歯が丈夫かどうかは妊娠中のお母さんがバランスのいい食事を摂り健康であるかどうかが、乳歯や永久歯に影響を与えると言えるでしょう。

予防策

歯周病に一番効果的なのは歯磨きです。

TVの特集でも歯磨きについて取り上げられたりしますが、番組によって言っていることがまちまちです。最近では食事の直後に歯を磨くのはよくないのと30分たってから磨きましょう、というのが流行っていますが、これも諸説あります。そもそもはアメリカでの研究結果から波及したものですが、アメリ

カ人と比べて日本人の口の唾液量は少なく、カルシウムも不足気味なので、食後30分の間での再石灰化は不十分だと考えられます。ですから日本人は30分後に歯磨きを行うようにしてもあまり効果を得られないとも言われています。また、食後の口の中には酸を含んだ食べカスなどが存在し、歯の表面に付着している中でどれだけ効果があるのかも疑問視されてもいます。現状では食後~30分くらいを日安に磨きやすいタイミングで磨けばそれがいいと思います。間違いのないのは、バイ菌が活動する前にバイ菌のエサになっている食べカスを取り除いておくことが大事であり、それによってバイ菌の活動を抑制することです。また、食後早い段階で歯磨きを行うことは、食べ物の汚れを落とすのに効果的です。食後の皿洗いを思い浮かべてください。早い段階で皿を洗うのと、時間をおいて皿を洗うのはどちらが簡単に

キレイにできるか、皆さんも日常の経験上よく知っていると思います。「食べ物の汚れは、時間がたつと落ちにくく」ってことですね。早めの歯磨きは優しい力で歯磨きを行っても十分にキレイにすることができます。そこにデンタルフロス(糸ようじ)などの補助的清掃機具を用いると、さらに効果が高まります。歯ミガキ剤はたっぷり付けて、うがいは極力少なめにして、歯ミガキ剤の成分の効果を歯や歯ぐきに多く残すようにした方がいいでしょう。歯ブラシの持ち方や力加減は「ぐつ」と握らず、鉛筆を持つように持つください。その上で優しくマッサージするように当ててください。ストロークはその場で歯ブラシの頭を振動させるように。イメージとしては自分の手が電動歯ブラシであるかのようにすること。詳細は歯ブラシの当てる角度などいろいろありますので、妊婦歯科健診で歯科医に相談されるといいですよ。

妊婦歯科健診へ行く時期

療とリスクは変わらないと言われる一方で、出産直前の歯科治療は胎児へのリスクが高まります。

妊婦がわかつたらなるべく早く健診を受け、歯科医と相談して口の中の管理を開始することが歯周病の影響を低減させ、口の中の健康維持とともに早産や低体重児出産のリスク軽減に非常に効果的です。

このようなことを知らない周囲の妊婦さんにもこれを読んだ皆さんからお声をかけてください。より多くの妊婦さんが安心して出産を迎えていただけます。妊婦歯科健診に関わる全国の歯科医にとっても出産後の笑顔が増えることは喜ばしいことですので、ご協力いただけたれば幸いです。

福山市子育て支援サイト
歯と口の健康～妊娠編～



福山市妊娠中の歯の健康

妊娠すると、女性ホルモンの分泌量が増加し、免疫力の低下など口腔内の環境が変化します。

このような症状はありませんか?

- つわりなどで気持ち悪く、歯みがきがあまりできない
- 吐き気が、すまないのをよく食べるようになった
- 唾液が少なくなった
- 真面目に歯磨きが出来なくなった
- 歯肉の出血や歯ぐきからの出血があがるようになった

【妊娠中に起こりやすい口の中のトラブル】

- 歯周病【妊娠性歯周炎】
重慶の歯周病があと、差し歯や床義歯の固定性が悪くなります。
- むし歯
つわりによる妊娠中の変化で食事回数や頻度が多くなったり、歯で洗った食事の割合で歯が腐かやすくなる、運行しやすくなります。
- 口内炎
口呼吸が不快、内出血種の変化と、栄養バランスのくずれから生じやすく、池ににくくなります。
- 智齒周囲炎(ちしゅうくわいえん)【歯周炎の隠れ】
完全に生えていない歯周炎は、歯肉に覆われている部分があるため、清掃不能で炎症を起こしやすくなります。

【妊娠中に気を付けること】

- Q. 説明をしよう
歯周病は歯肉に炎症を起こします。歯肉が炎症を受けると、歯肉の機能を失います。歯肉の機能を失うと、歯肉が炎症を起こします。
- Q. フィクションをひきこなす
歯周病は歯肉に炎症を起こします。歯肉が炎症を受けると、歯肉の機能を失います。歯肉の機能を失うと、歯肉が炎症を起こします。
- Q. 歯科医院に伝えておくこと
妊娠中にあること、歯科医院で歯肉に炎症を起こすことがあります。歯科医院で歯肉に炎症を起こすことがあります。
- Q. 歯科医院で受け取ること
歯科医院で歯肉に炎症を起こすことがあります。歯科医院で歯肉に炎症を起こすことがあります。

福山市妊娠中の歯の健康の内容

福山市では、妊娠と生まれてくる赤ちゃんのために、妊娠中に1回、無料で歯科健診を実施しています。ご自身の口の健康のためにも妊娠が分かったら即座に受診して下さい。

●実施場所: 対象協力医療機関
※受診料金に記載されています
※実施時間については、歯科医療機関へ確認のうえ受診してください。

●健診内容: 口腔内検査、歯科保健指導

●持参するもの: 妊婦歯科健診受診票(母子健康手帳別冊)・母子健康手帳・健康保険証
※妊娠歯科健診当日は健診のみを行います。治療については歯科医とご相談ください。

福山市妊娠中の歯の健康の内容

福山市では、妊娠と生まれてくる赤ちゃんのために、妊娠中に1回、無料で歯科健診を実施しています。ご自身の口の健康のためにも妊娠が分かったら即座に受診して下さい。

●実施場所: 対象協力医療機関
※受診料金に記載されています
※実施時間については、歯科医療機関へ確認のうえ受診してください。

●健診内容: 口腔内検査、歯科保健指導

●持参するもの: 妊婦歯科健診受診票(母子健康手帳別冊)・母子健康手帳・健康保険証

福山市妊娠中の歯の健康の内容

福山市では、妊娠と生まれてくる赤ちゃんのために、妊娠中に1回、無料で歯科健診を実施しています。ご自身の口の健康のためにも妊娠が分かったら即座に受診して下さい。

●実施場所: 対象協力医療機関
※受診料金に記載されています
※実施時間については、歯科医療機関へ確認のうえ受診してください。

●健診内容: 口腔内検査、歯科保健指導

●持参するもの: 妊婦歯科健診受診票(母子健康手帳別冊)・母子健康手帳・健康保険証

福山市妊娠中の歯の健康の内容

福山市では、妊娠と生まれてくる赤ちゃんのために、妊娠中に1回、無料で歯科健診を実施しています。ご自身の口の健康のためにも妊娠が分かったら即座に受診して下さい。

●実施場所: 対象協力医療機関
※受診料金に記載されています
※実施時間については、歯科医療機関へ確認のうえ受診してください。

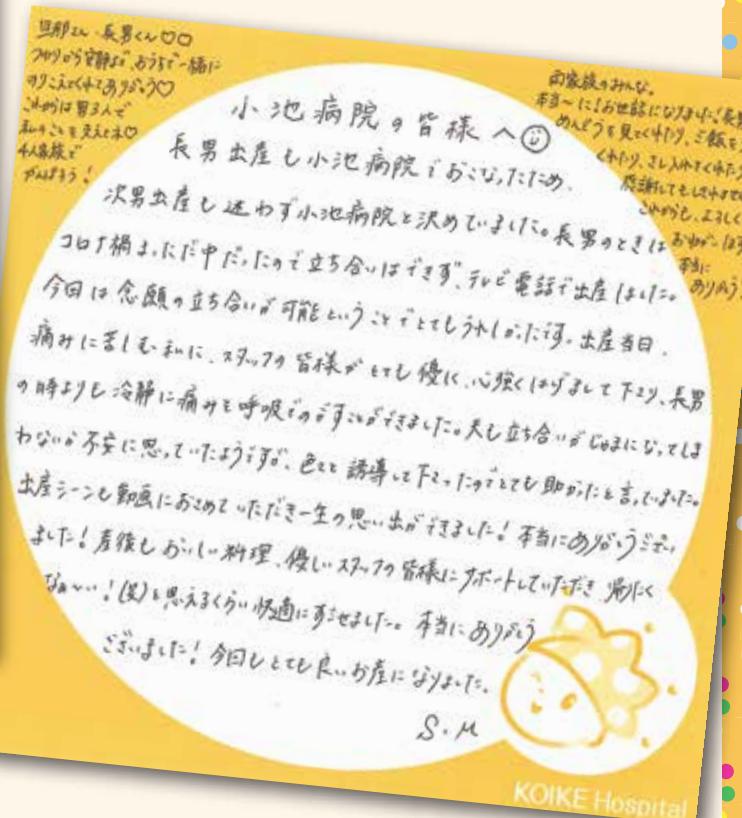
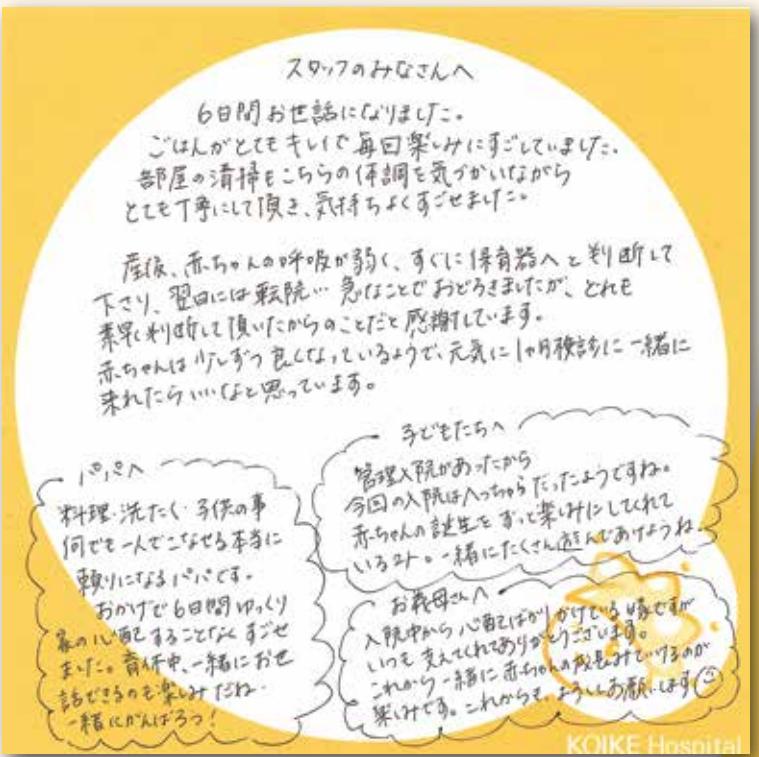
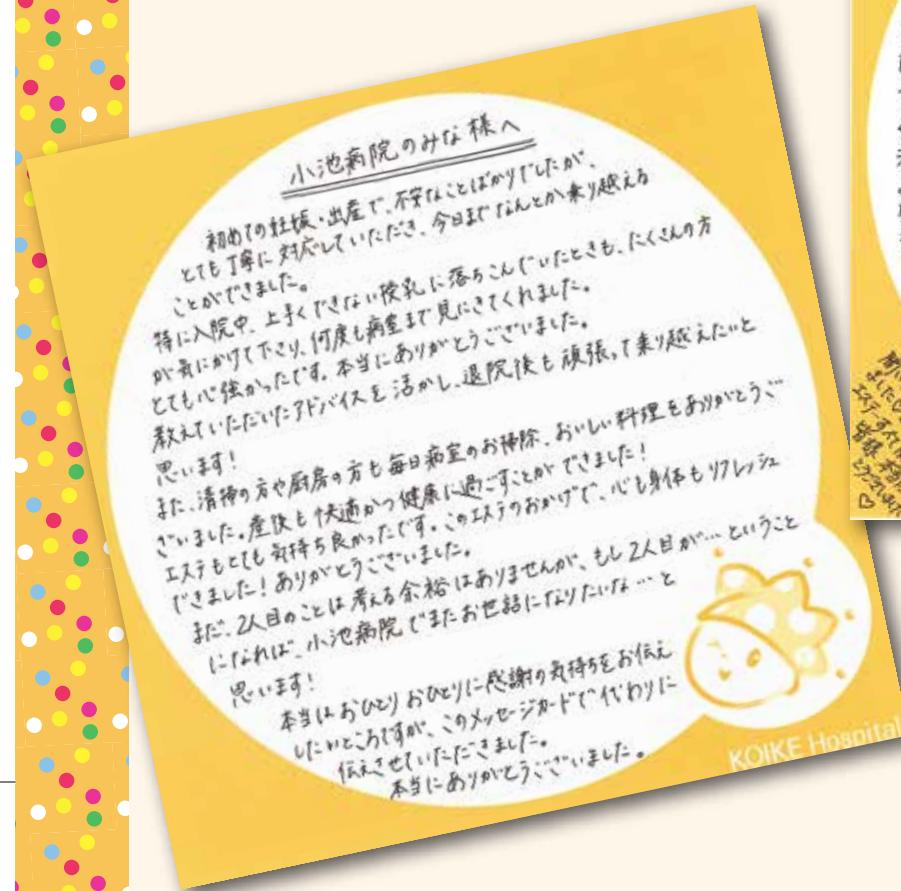
●健診内容: 口腔内検査、歯科保健指導

●持参するもの: 妊婦歯科健診受診票(母子健康手帳別冊)・母子健康手帳・健康保険証

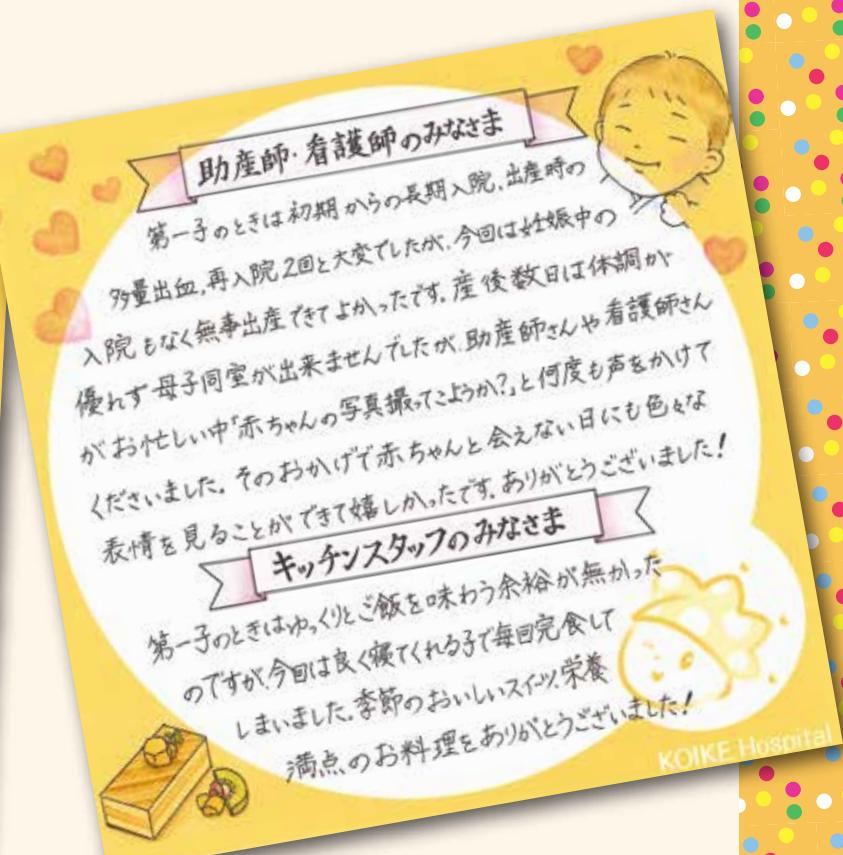
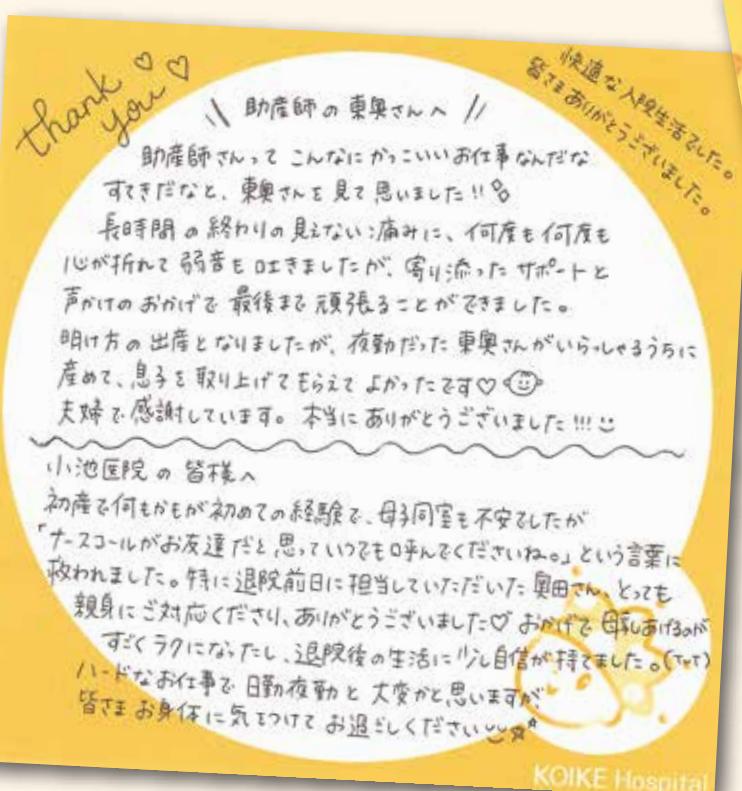
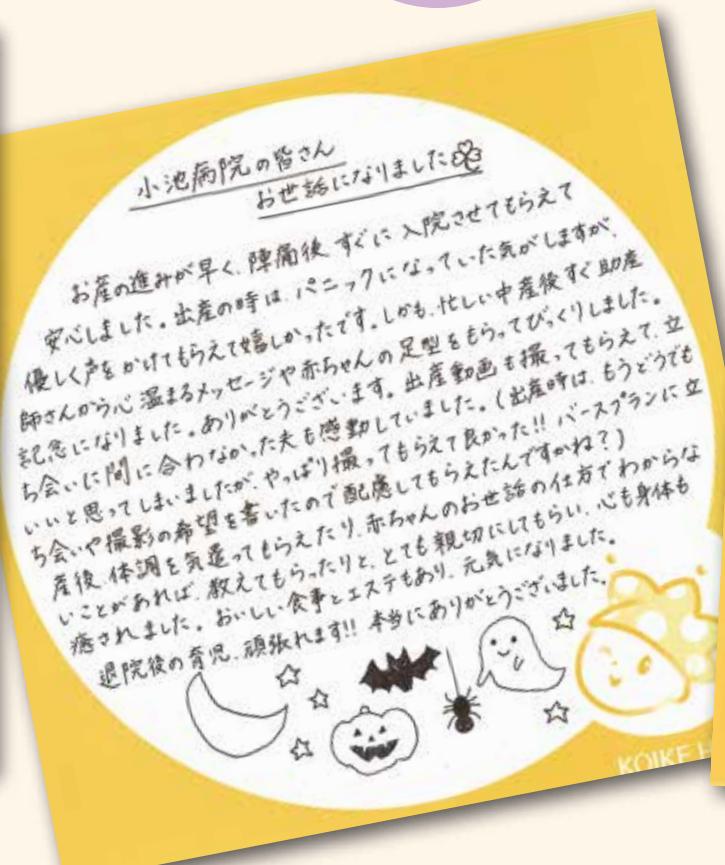
福山市子育て支援サイト

日常のさまざまなシーンで使っている大切な言葉「ありがとう」。あなたの人生においては、何千、何万回とこの言葉を口にされてきたことでしょう。

当院にご縁があり、通院や出産でご来院いただいた皆さんには、これまでとは違う、伝えたい「ありがとう」がおありになるのでは…？あなたの今の「ありがとう」をお聞かせください。



“あひがとう。” GIVE THANKS



ハイ！私がお答えします

I ANSWER THEME

あなたは日常の診療を通して、疑問を持ちながら何気なくやり過ごしていることや訊きそびれていることはありませんか？このコーナーでは、患者さまをはじめそのご家族の、診療におけるさまざまな質問や相談に、当院の適任スタッフがお答えするコーナーです。

Question

1ヵ月健診が終わりました。
これから乳児健診や
予防接種の受け方について
教えてください。

1ヵ月健診を終えられたら、生後2ヵ月からは予防接種が始まります。当院の小児科では「特殊外来」として、月～土曜日の午後2:00～3:50に乳児健診と予防接種だけの時間を設けています。生後すぐのお子さまも安心して受診いただけるよう、完全予約制であります。受診予約は、当院サイトの[インターネット予約]ページからご登録ください(「ご利用について」参照)。ご登録が済みましたら「乳児健診・予防接種 小児科特殊外来のご予約はこちる」を選択し、受診のご希望日でお申し込みください。

受診時には問診票を必ずご記入いただきますが、事前にご希望の方は、小児科受付に用意してありますので、お気軽に申し付けください。

乳児健診は、お子さまの健康状態を定期的に確認し、相談する大切な機会です。適切な時期にきちんと健診をお受けになられることをお奨めいたします。当院では福山市の母子健康手帳内の別冊の受診券を利用し、1歳までの健診と4ヵ月健診を受けることができます。4ヵ月健診は専用

のページがありますので、ご記入いただき当日ご持参ください。

なお、1歳6ヵ月健診と3歳健診は当院では行っておりません。ただし、保健センターなどで、集団で実施をしており、対象の方には福山市から個別にご案内が届きます。詳しくは「福山市子育て支援サイト」をご確認ください。

予防接種は、感染症にかかりやすい年齢などをもとに接種の時期が決められています。とくに、生後2ヵ月から予防接種を受け始めるとは、お母さんからもらった免疫が減っていくときに、赤ちゃんがかかりやすい感染症(百日咳、細菌性髄膜炎など)から赤ちゃんを守るためにとても大切です。

Question

受けられる予防接種の種類は
どんなものがありますか？

福山市の定期予防接種として実施できるものは、以下のとおりです。すべて当院で接種が可能です。接種費用は無料ですが、対象年齢を経過した場合は自費負担となります。なお、福山市以外にお住まいの方でも広島県内に住民票がある方であれば、広域予防接種制度にて当院で定期予防接種

を無料で受けることができますが、お住まいの市町村で事前に予防接種券の発行手続きをしていただく必要があります。また、広島県外に住民票がある方も予防接種依頼書を持参いただくことにより、一旦窓口での接種費用のご負担は発生いたしますが、還付申請が可能となる場合があります。どちらの場合においても、受診の前に一度お住まいの市町村にお問い合わせいただければと思います。

- BCG
- B型肝炎
- ロタウイルス感染症(当院ではロタリックスを使用)
- Hib(ヒブ)
- 小児用肺炎球菌
- 4種混合(ジフテリア・百日咳・破傷風・ポリオ)
- 2種混合(ジフテリア・破傷風)
- 麻しん(はしか)・風しん
- 水痘(みずぼうそう)
- 日本脳炎
- HPV(ヒトパピローマウイルス感染症)(当院ではシルガード9を使用)

また、以下の任意接種の予防接種も有料で接種が可能です。

- おたふくかぜ
- インフルエンザ

臨時接種の予防接種も実施しています。

- 新型コロナワクチン(乳幼児・小児・12歳以上)

予防接種を行うに当たっては、その保護者に対し「母子健康手帳の提示を求めなければならない」という決まりがありますので必ず持参してください。もし予防接種当日に母子健康手帳をお忘れになった場合は、一度ご自宅に取りに帰っていただくか、別日での接種を予約いただくことになります。

ワクチン	対象年齢 (対象年齢内の接種は無料です)		望ましい時期	間隔	回数
BCG(結核)	1歳にいたるまで		生後5ヵ月から8ヵ月にいたるまで	—	1回
B型肝炎	1回目	1歳にいたるまで	生後2ヵ月から9ヵ月にいたるまで	—	1回
	2回目			1回目終了後、27日以上の間隔をおく	1回
	3回目			1回目終了後、139日以上の間隔をおく	1回
ロタウイルス	ロタリックス (1価ワクチン) ※出生6週0日後から24週0日後まで			1回目終了後、27日以上の間隔をおく	2回
	ロタック (5価ワクチン) ※出生6週0日後から32週0日後まで		初回接種は出生14週6日後まで	【2回目】 1回目終了後、27日以上の間隔をおく 【3回目】 2回目終了後、27日以上の間隔をおく	3回
Hib(ヒブ)	初回	生後2ヵ月から60ヵ月にいたるまで	接種開始が生後2ヵ月から7ヵ月にいたるまで	27日以上(標準的には56日までの間隔をおく) (生後12ヵ月までに3回接種)	3回
	追加			初回終了後、7ヵ月以上 (標準的には13ヵ月までの間隔をおく)	1回
小児用肺炎球菌	初回	生後2ヵ月から60ヵ月にいたるまで	接種開始が生後2ヵ月から7ヵ月にいたるまで	27日以上の間隔をおく (標準的には生後12ヵ月までに3回接種)	3回
	追加		生後12ヵ月から15ヵ月にいたるまで	初回終了後、60日以上の間隔をおく (生後12ヵ月以降に行うこと)	1回
4種混合 (ジフテリア・百日咳) (ポリオ・破傷風)	1期	生後2ヵ月から90ヵ月にいたるまで	生後2ヵ月から12ヵ月にいたるまで	20日以上(標準的には56日までの間隔をおく)	3回
	初回		1期初回終了後12ヵ月から18ヵ月にいたるまで	1期初回終了後、6ヵ月以上の間隔をおく	1回
2種混合 (ジフテリア・破傷風)	2期	11歳以上13歳未満	11歳	—	1回
麻しん風しん混合 麻しん 風しん	1期	生後12ヵ月から24ヵ月にいたるまで	—	—	1回
	2期	5歳以上7歳未満で、 小学校就学前の1年間	—	—	1回
水痘 (みずぼうそう)	1回目	生後12ヵ月から36ヵ月にいたるまで	生後12ヵ月から15ヵ月にいたるまで	—	1回
	2回目		1回目終了後6ヵ月から12ヵ月にいたるまで	1回目終了後、3ヵ月以上の間隔をおく	1回
日本脳炎	1期	生後6ヵ月から90ヵ月にいたるまで	3歳	6日以上(標準的には28日までの間隔をおく)	2回
	初回		4歳	1期初回終了後、6ヵ月以上 (標準的にはおむね1年)の間隔をおく	1回
	1期			—	1回
	追加			—	1回
HPV (ヒトパピローマウイルス)	小学6年生～高校1年生相当の女子 1997年4月2日～2007年4月1日生まれの HPVワクチン接種が 3回完了していない女性		中学生生	<2価ワクチン> 2回目は、1回目の接種後1ヵ月の間隔をおく <4価ワクチン> 2回目は、1回目の接種後2ヵ月の間隔をおく <2価・4価> 3回目は、1回目の接種後6ヵ月の間隔をおく <9価ワクチン> 15歳未満で1回目接種:2回目は、1回目の接種後6ヵ月の間隔をおく 15歳以上で1回目接種:2回目は、1回目の接種後2ヵ月の間隔をおく 3回目は、1回目の接種後6ヵ月の間隔をおく	2回 または 3回

福山市子育て支援サイト「福山市の乳児幼児等定期予防接種について」ページより引用

Question

予防接種を受ける前後での
注意点などはありますか？

予防接種当日に37.5°C以上の明らかな発熱がある場合、風邪などで1週間以内に発熱があった場合は、接種を延期させていただいています。また、水痘(みずぼう

そう)、おたふくかぜに罹られた方は3～4週間、突発性発疹に罹られた方は2～3週間空けてからの接種をお願いしています。

接種当日の入浴についてはとくに問題ありませんが、注射した部位を強くこすらないようにしましょう。ただし、接種後に体温が悪い場合は無理をせず、様子をみるようにしてください。

私がお答えしました



小児科 医事課主任 松井隆造

診療科から

小児科

小児科直通
TEL 084-932-3512



医師 小池美緒
日本小児科学会専門医

新型コロナウイルス感染症 流行の反動



あけましておめでとうございます。

昨年5月新型コロナウイルス感染症が感染症法上の位置づけでインフルエンザと同じ5類に変更されたことにより、いろいろなイベントが開かれるようになりました。学校や幼稚園、保育所では、子どもたちが楽しめる行事も増え、家族では出かけたり旅行に行ったりと、新型コロナウイルス感染症が流行する前の日常が戻ってきているのは嬉しいことです。

昨年はいろんな感染症が流行しました。

新型コロナウイルス感染症以外に、手足口病、ヘルパンギーナ、咽頭結膜熱(プール熱)、感染性胃腸炎、そしてインフルエンザ。

例年インフルエンザは12月前後に流行入りしますが、昨年は9月上旬から増加しました。特に11月中旬からは感染者数が増加し、休校や学年閉鎖・学級閉鎖が相次ぎ、広島県内で警報が発令されました。感染者数の7割以上は0～14歳の子どもたちでした。

感染者が急増したのは、この3年間、新型コロナウイルス感染症が流行してから感染対策として、手洗いや手指消毒、マスク着用が徹底されたことにより、インフルエンザ感

染者が大幅に減ったことが影響しています。インフルエンザに感染していないため免疫を持っていない人が多く、感染が拡大してしまいました。

ちょうど1年前のレーベンで「薬が手に入らない」ことについて書きましたが、その状況は現在も続いています。数年前に医薬品メーカーの不祥事が相次ぎ、業務停止命令などを受けた影響で薬の供給が難しくなりました。思うように薬が手に入らない状況の中でインフルエンザの流行が拡大したことにより需要が急増したため、さらなる薬不足となり医療現場は今も逼迫しています。

咳止めや痰きり、解熱剤などの薬が不足し、患者さんに渡す薬を見合わせたり量を調整したり、錠剤を粉砕して処方しているところもあります。小児用タミフルが足りないため、大人用のカプセルを外して処方するケースもあります。できるだけ患者さんには必要な薬を処方したいと思っていますが、今までのような処方が難しく、希望を聞くこともできないのが現状です。

皆さんにはご迷惑をおかけいたしますが、現場の状況をご理解いただき、感染症にかかるないよう、手洗いや手指消毒、マスク着用などの感染対策、症状があるときは登園や登校を控えるなど、お願いしたいと思います。

診療科から

歯科

歯科直通
TEL 084-983-0418



歯科医師 小池秀行
日本補綴歯科学会専門医 歯学博士

※歯が欠けたり失われたりした場合に、かぶせ物、差し歯、ブリッジ、入れ歯(義歯)、インプラントなどの人工物で補い、機能・審美を回復することを専門とした、学会で認められた歯科医師です。

虫歯予防に「シーラント」 —お子さんの歯を守ろう—

お子さんに歯磨きをしっかりさせているつもりでも、奥歯の歯の溝の部分などはキレイに掃除にくく、この溝の部分が、汚れが溜まると虫歯になりやすい場所です。シーラントとは、奥歯にある歯の溝(子どもによっては前歯の裏の溝も対象となります)をプラスチックで物理的に埋め立てる処置になります。

歯を削ることなく埋め立てるため低年齢から行え、埋め立ててしまえば汚れは溜まりにくくなり、掃除もしやすく虫歯になりにくくなります。シーラント材にはフッ素が含まれているものがあり、歯の表面を硬くしてくれる効果もあります。シーラント処置を行った歯は、していない歯に比べて虫歯予防の効果は4年以上で約60%もあるといわれています。更にフッ素塗布による予防と併用することで虫歯予防の効果が増加するとされています。

シーラントは虫歯治療の時のように歯を削っているわけではなく、溝の部分に一層流し込んで固めているだけなので、取れたり欠けたりすることがあります。

取れたり欠けたりした部分は、また埋め立てればいいのですが、放置したままにしておくと、シーラントが欠けた部分と歯との段差部分に汚れが溜まり、そこが虫歯になる場合

があります。

シーラントが覆っている歯の溝の部分に比べれば段差は僅かと思われるかもしれません、しっかりとメンテナンスをして段差のない状態を保つことが予防効果を高めます。定期検診などでの確認を推奨しています。

シーラントを行う時期

- 3～4歳頃 一人で診療台に座れるようになる頃で、乳歯の奥歯が生えてくる時期
- 5～6歳頃 永久歯が奥から生えてくる時期
- 12歳頃 一番奥の永久歯が生えてくる時期

生えたての歯は軟かく、虫歯になったときの進行が大人の歯よりも早いので、大人以上に虫歯に対する予防を考える必要があります。

シーラントで物理的に溝を覆ってしまえば、歯磨きが苦手な子どもでも虫歯になりにくくなります。

フッ素塗布だけでなく、シーラントでも虫歯予防を始めませんか？

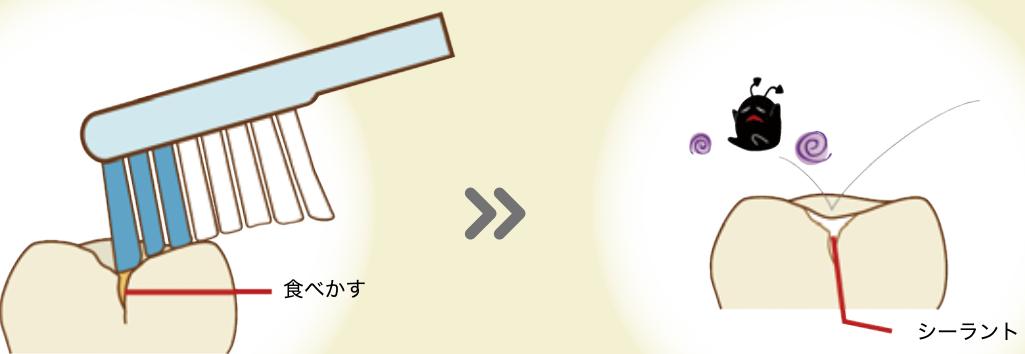


イラスト:歯科素材.COMより

クローズアップ



助産師
橋本充央
MIO HASHIMOTO

この人に注目!

ここは、当院で働く全スタッフの中から、毎回一人にスポットを当て、より深く自分の仕事やプライベートについて、また本人の視点での“小池病院”とは、などを語ってもらうコーナーです。

今日は助産師の橋本さんです。
まずはいつもながらですが、ご出身はどちらですか？

岡山県です。大学は関西でしたが、就職に合わせて地元へ戻りました。学校を卒業してからは、助産師として最初から小池病院にお世話になっています。

ちなみに子どものころの夢は何でしたか？

中学生の頃から看護師の母に憧れて、看護師になりたいと思っていました。母から、助産師という仕事があることを教えてもらい、生命の誕生に立ち会いたいと思い、助産師を目指すようになりました。

目指された助産師になられてよかったです…

とても責任のある仕事であり、怖い思いをしたり、自分の無力さに涙したりしたこと多くあります。が、無事に赤ちゃんが元気に生まれて来てくれる事が、何よりもやりがいで。最近では二人目や三人目の出産で来てくださった妊婦さんから、「上の子を取り上げてもらいました!」とか「覚えています!」などと声をかけていただくこともあります。頑張って、助産師を続けてよかったです。あ～と思い、嬉しくなります。また、出産直後だけでなく、1ヶ月健診などでお会いし、赤ちゃんがとてもぶくぶくして大きくなっている姿を見ると、とても微笑ましくなります。毎日癒しを貰っていますね。

産婦人科だけでなく、小児科や歯科もあるため、妊婦健診だけでなく、小児科でのワクチン接種、歯科健診など、継続的なサポートを行わせていただけるところが良いと思います。お母さんは小児科の先生と、産後の入院中にも会われているので、安心感につながっていると思います。

何よりも明るく笑顔のスタッフが多いことが当院の自慢ですね。

出産においては、陣痛中や産後の痛みでしんどいこともあると思いますが、私たちはできるだけ多くサポートできるよう、患者さんとの関わりをとても大切にしています。

それと、出産後はおいしいお食事やエステのサービスも受け

られて、入院生活を快適に過ごしていただけていると思います。

昼食後にはデザートも出るので、いつもおいしそ～と眺めています。話がそれました(笑)。

当院のアピールポイントなどもあればお願ひします。

現在、当院ではインスタグラムを始めていて、病院内での様子やお食事など、たくさん投稿していますので、是非ご覧いただければと思います。

ありがとうございました。



TOPICS

トピックス

ドクター紹介

田村明彦(たむらあきひこ)先生が
12月より診療に加わりました。

皆さま、こんにちは。

私は昨年12月より勤務させていただいている。
当院の理念に基づき、患者さまに安心していただける医療の
提供を心掛け、また、楽しく勤務できればと思っております。



どうぞよろしくお願ひいたします。

プロフィール
1957年11月2日生まれ
神奈川県横浜市出身
宮崎大学医学部医学科卒
九州大学医学部産婦人科入局
(福岡赤十字病院、佐世保共済病院など)
日本钢管福山病院、八尾徳洲会総合病院で勤務
産婦人科専門医
臨床研修指導医

エステサービス

当院からのスペシャルプレゼントとして、お産疲れを癒していただくために“エステサービス”をご提供させていただいている。

エステティシャンによるフェイス&フットのトリートメントで至福のひとときをお過ごしください。

当院4Fの“エスティックサロン”がお待ちしています。

