

広報ただみ診療所

朝日診療所
歯科医師 齋藤 さゆり



歯科は「不要不急なのか？」新しい生活様式での歯科治療

緊急事態宣言が出される中、歯科治療の予約をキャンセル、延期した人は多いのではないのでしょうか。しかし、必要な治療をしないまま期間が空いてしまうと歯周病などが重症化する場合があります。また、口の中が不衛生な状態で新型コロナウイルスに感染した場合、重症化しやすい可能性があると言われていました。

4月に緊急事態宣言が出された直後には「不要不急の歯科治療は自粛の対象」とされたこともあります。しかし、一般の歯科治療で不要不急にあたるのは主に、健康な患者さんが予防として定期的に受ける「検診」くらいのものです。

5月に入ってから、「痛み」を訴え急患で受診される方が増えました。また、しばらく来院していない患者さんからも「診てもらえるか」との問い合わせをいただきました。自粛期間中には休診や時短での診察をしている歯科も多く、「痛みはないけれど重症化したら、どうしよう」と不安を抱えている人が多いと感じました。

現在、歯科医院の多くは「新しい生活様式」にしたがって、新型コロナウイルスの感染予防対策を徹底し

ています。歯科は、口の中に触れる治療道具が多く、患者さんと歯科医師との距離も近いので、特に厳しく衛生管理が行われています。

むし歯や歯周病の治療を継続している人はもちろん、定期的に歯の清掃をおこなう「メンテナンス」は治療の一環です。痛みがないからと放置してしまうと、取り除けなかったプラークから歯周病が再び進行し、顎の骨が失われる場合があります。こうなると外科治療が必要になり、最悪の場合は抜歯に至るなど、深刻な事態になることもあります。また、糖尿病など免疫を下げる病気の中には、歯周病が重症化すると悪化しやすいものもあります。

口は、健康の入り口です。口の中を清潔に保つことで、自己免疫を上げ、感染症にかかりにくい身体を作りましょう。毎日の「食事」「睡眠」「清潔」の管理が安全で質の高い生活を送ることにつながります。

不安があれば自己判断せず、ぜひかかりつけ歯科医に相談してみてください。

地域おこし協力隊として vol.67

只見町教育振興協力隊
すずき ゆうじ
鈴木 裕司



えん 「縁を感じて」

子供の頃、年2回は訪れていた父の故郷只見。今でも鮮明に覚えている思い出。例えば只見線。会津若松から、当時まだ走っていたSLに乗ってきたこと。夏休みに利用したプールは足がつかないくらい深く、真夏なのに水がもの凄く冷たかったこと。冬、只見スキー場のリフトに乗っている時、都はるみの“北の宿から”が流れていた記憶(笑)等々。

そして只見に来る一番のお目当て。それは餅をお腹いっぱい食べること。納豆餅とつゆ餅が自分のお気に入りであわせて30個くらい平らげていたほど。こないだ久しぶりに頂いた納豆餅。子供の頃と変わらず本当に美味しくて!!只見の餅は、自分の中では、日本一!です。

気がつけば、会津若松市内の中学を卒業し高校から

東京、神奈川で生活すること約40年。“ふくしまに、できるなら会津に帰りたいな…”そんな思いの中 只見町で地域おこし協力隊の募集を知り応募しました。面接となり吹雪の中20年ぶりに訪れた3月。4月に何度か来ることになり目にした雪が残り水墨画のような山々。そして、満開の桜やこぶしの花々。5月からは、真っ青な空と日増しに緑が濃くなる山々。様々な自然の素敵な移ろいを、見て、肌で感じています

「じいちゃんと呼んでくれたのかな？」

引っ越しが落ち着き、祖父母の墓参りに行ったときふとそんなことを思いました。

有り難く戴いたこのご縁を大切に。教育振興協力隊として、一つひとつ、できることから取り組んでまいります。どうぞよろしく願いいたします。