



ガン戦略～口腔ガン～



歯科医師 増渕 尚子

最近では**ガン戦略**として医療生協さいたま全体でも力を入れて活動しています。先日、荒木先生と**口腔ガン**の学習会に参加したので、今回は口腔ガンについて書きたいと思います。

口腔は咀嚼（そしゃく）・嚥下（えんげ）・発音など日常生活に大切な多くの機能を有しており、口腔ガンそのものを治しただけでは審美的側面からも**QOL**を十分に保つことはできません。



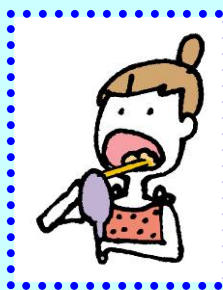
QOL（クオリティ・オブ・ライフ。生活の質）

一人一人の人生の質・生活の質のことを指し、医療用語としても使われる言葉で、病気や障害を持ちながらも、患者さんが自身の理想とする生き方・社会的に見て「人間らしい生活」が実現できているかを『QOLの低下・維持・向上』で表すことがあります。

QOLを維持・向上させるためにも、口腔ガンは早期発見・早期治療が重要です。では、どのようなことに気をつけたらよいのでしょうか？セルフチェックをしてみましょう！

＜口腔ガンの早期発見のために注意すべき徴候＞

- 容易に出血したり、治らない腫れ
- しこり、表面の苔状物、潰瘍がある
- 舌や粘膜の色の変化（白、赤、黒などに見えることがある）
- 咬みづらい、飲み込みにくい、舌や顎が動かしにくい
- 口腔内の痛み、しびれ感 ●咬み合わせが変わった
- 義歯が急に合わなくなった



ガンは適切な治療をおこなうことが大切です。

私たちスタッフも注意深く口腔内を診査しています。皆さんも日頃からチェックをおこない、『おやっ！？』と思ったら、歯科医師・歯科衛生士に相談してみてください。

診療時間

曜日	午前	午後	夜間
月・火・木・金	8:30～11:30	13:00～16:30	17:30～20:30
水曜日	8:30～11:30	第5のみ午後も診療（13:00～16:30）	
土曜日	8:30～11:30	13:00～16:30（第5は午前の診療のみ）	

●矯正診療日・・・毎週木曜日の夜間、第2・第4土曜日

●歯科往診もおこなっております。

急患の方へ

*電話をまずお願いします。

空いている時間帯と患者さんのご都合で時間のご案内をさせていただきます。

8月号

第156号 2012年8月1日

発行 / 医療生協さいたま

生協歯科

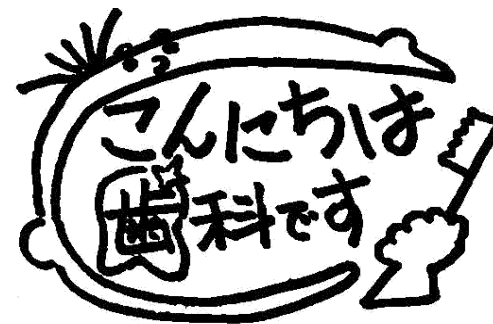
〒336-0926 さいたま市緑区東浦和 6-16-1

（外来予約受付）TEL：048-810-6100

（2階事務室）TEL：048-810-6101 Fax：048-810-6103

Eメール sika-j@mcp-saitama.or.jp

ホームページ <http://seikyo-shika.com/>



笑顔写真 大募集!!!



日時：2012年10月13日（土）～14日（日）10:00～16:00

場所：さいたまスーパーアリーナ

「健康フェスタ～ありがとう健康・つながる笑顔∞（無限大）」

医療生協さいたま 20周年記念事業として**健康フェスタ**を開催します。

そこで、企画として、みなさまからの笑顔の写真を募集します！

笑顔の写真であればどんな写真でもかまいません。サイズは四切サイズまで。

締め切りは9月10日（月）です。

写真にお名前を記入のうえ、生協歯科 佐藤(事務)までお送りください。

お送りいただいた写真は返却できませんので、ご了承ください。

10月13、14日の2日間と、2013年1月20日に行われる

健康フェスタ2で、みなさまからお送りいただいた写真が掲示される

予定です。ぜひ、みなさまのお越しをお待ちしております♪



生協歯科の連絡バス便です。ぜひご利用ください。

生協歯科 → 東浦和駅 → 埼玉協同病院

時	生協歯科 発 (東浦和駅行き)	東浦和駅 発 (協同病院行き)	埼玉協同病院 発 (生協歯科行き)
10			45
11	15	25	45
12			
13	00	15	35
14	00	15	



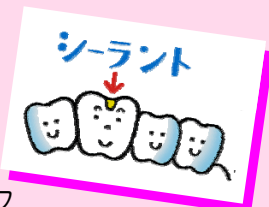
シーラントって?



歯科衛生士 加藤 美佳

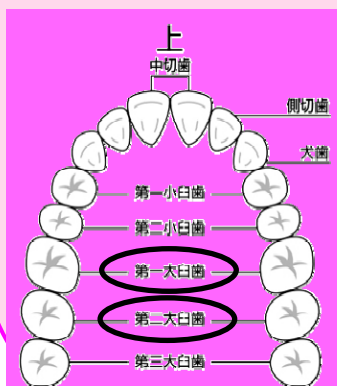
みなさんは虫歯予防と聞いて、どんなことを思いつきますか?
フッ素や、歯ブラシでのブラッシングによるプラークコントロールは一般的によく知られていますね。

実はシーラントも虫歯予防のひとつです。あまり聞いたことがないという方が多いと思いますので、今回紹介したいと思います。



シーラントとは、生えたとの奥歯の溝にフッ素を放出するプラスチックの材料を埋めて事前に虫歯を予防する方法です。生えて間もない歯は以下のような特徴があり、きちんと清掃できないために毎日磨いたとしても虫歯になってしまうことがあります。

- ★他の歯よりも背が低く、歯ブラシが届きにくい
- ★奥歯の溝は複雑な形態をしているので、歯ブラシの毛先が入らない
- ★歯の質が未熟



シーラントは生えたとの奥歯の虫歯予防に有効です。主に6歳臼歯(第1大臼歯)が生える6~7歳頃、12歳臼歯(第2大臼歯)が生える11~13歳頃が適応となります。

もちろんシーラント治療を受けた後も毎日丁寧なブラッシングをおこない、シーラントで覆われていない部分が虫歯にならないように注意しましょう。また、シーラントが剥がれていないか、お口の中や食生活に問題はないかなど、定期的に歯科医院でチェックを受けることも大切です。

ご不明な点がございましたら、どうぞお気軽にご相談ください。

※シーラントは健康保険の適用となります。



生協歯科 感染対策

● 標準予防策③

前回に続き生協歯科の標準予防対策(患者さん・職員の感染予防)を紹介します。

生協歯科では、標準予防対策として、患者さんに使う器具は一人一人に滅菌された器具を使用しています。

細菌とウイルスを高温・高圧で死滅させる滅菌器という機械を使って、個々に滅菌しています。



ボランティア(真珠の会)活動日 9月8日(土) 9時30分~



生協歯科1階会議室 集合 内容:草取り・植木の剪定 など
どなたでも大歓迎です。ぜひご協力お願いします♪



『虹の箱』から

= 生協歯科 事業所利用委員会 =



6月は2件でした。内容はほぼ原文で掲載しております。
ご意見・ご要望・みなさまの声をお待ちしております。

- 歯科衛生士さんに歯石とりをして頂きました。声かけや作業が丁寧で心地良かったです。
- 玄関に入った瞬間、事務の方が笑顔で優しく対応して下さるのが何よりも心が和み安心感が生まれます。先生はじめ職員の皆様様の温かさや優しさにまた安心感を感じ、本当に嬉しく、また有難く思います。それにも増して歯の処置について丁寧にまた完全に治していただける事が本当に嬉しく、感謝いたしております。
福島から避難して来て、こんなにも立派な歯科医院にお世話になれて、最高に幸せです。一生の宝物を戴いてありがとうございます。

→ ありがとうございます!!

スタッフ一同現状に甘んじることなく、今後も医療技術の向上・接遇などの学習会を定期的におこない、みなさんが『安心してかかる、納得のいくよりよい治療』をこれからも心がけていきます!!

7月22日(日)10時から生協歯科<<夏休み子ども保健教室>>をおこないました。小学生15人が元気に参加してくれました!!



技工士さんと一緒に歯型の模型づくり♪



歯科医師体験では保護者の方も興味津々!!



組合員活動だより

平和のつどい



社保委員 井原 安代

7月18日(水)午後から生協歯科で『平和のつどい』を開催いたしました。今回は初めての参加でしたが、総勢42名とたくさんの皆さんが来てくれて本当にありがとうございました。



つどいの中で東日本大震災支援の記録DVDを見て、被災者の方々が大変な思いをしていることがよく分かりました。直に支援ができなくて、物品や支援金でした。現地に行って支援すべきだったのかな・・・と思いました。



8月4日(土)~6日(月)原水禁世界大会広島に、生協歯科地区代表として組合員さん1人、生協歯科職員3人が参加します。暑いなか大変ですが、原爆および原発反対を、私達の分まで届けて来てほしいと思います。

社保委員会では東北を訪問することが一番の復興の力になると、



9月9日(日)~10日(月)東北と連携の平和バスツアー

を計画しています。松島と被災地を訪問する予定です。ぜひ皆さんの参加をお待ちしております!!

※お申し込みはお近くの支部社保委員または生協歯科:鹿又(かのまた)までお声かけください。