

休日急患当番医

- 救急患者に限ります。■当番時間：午前9時～午後5時
 - 往診は原則としてしません。●電話相談は受け付けません。
 - 都合により医療機関が変更になる場合があります。
- 詳しくは、所沢市医師会ホームページをご覧ください。

診療日	医療機関名	診療科目	所在地	電話番号
2月7日(日)	こぶしクリニック	内・糖内・小	こぶし町1-17-101	2993-5866
	スマイル皮膚科	皮・形成外	西所沢1-12-3 さいとうビル4F	2939-1213
	西島消化器・内科クリニック	内・消・胃	東狭山ヶ丘1-27-20	2923-0005
2月11日(祝)	木澤クリニック	内・循・小・アレ・婦	松葉町24-3	2991-6767
	東所沢眼科クリニック	眼	東所沢1-4-1 ヤマザキビル2F	2944-8380
	くにとみ内外科クリニック	内・外	久米532-8	2993-9213
2月14日(日)	徳島内科クリニック	内・呼・消・循・アレ・小・皮	久米1569-1	2929-6366
	赤坂整形外科	整・リハ・外・内	けやき台2-29-24	2928-7450
	ながさわ内科	内・循	小手指元町2-29-21	2947-2001
2月21日(日)	マツバクリニック	内・外・リハ	松葉町8-7	2995-5131
	東所沢整形外科	整・形・皮・アレ・リウ	東所沢1-18-5	2951-5201
	むさしクリニック 泌尿器科内科	泌・内	北秋津855-1	2998-1850
2月28日(日)	けやき内科	内・循・消・小・皮	並木3-1-7-102	2995-2299
	平沢記念病院	精・神内・心内	北野3-20-1	2947-2466
	所沢秋津診療所	内・麻	上安松1-8	2945-8899
3月7日(日)	西部クリニック	消・内・整・皮	星の宮1-1-10	2926-5851
	平成クリニック	精・神・神内・心内	久米532-1	2992-6661
	宮本町内科クリニック	内・循・消・アレ	宮本町2-26-16	2903-1088

小児急患診療

市民医療センター
上安松1224-1
☎2992-1151

事業名	日時等
日曜日急患診療	▶とき：2月7日(日)、14日(日)、21日(日)、28日(日)、3月7日(日)▶受付時間：午前10：00～11：30、午後2：00～4：30
夜間急患診療	▶受付時間：月～金曜日…午後7：30～10：15、土・日曜日・祝休日…午後6：00～8：45
深夜帯急患診療	▶実施日：毎週月・火・水・金曜日▶受付時間：小児夜間急患診療終了後～翌日午前7：00まで

◎小児急患診療は、乳幼児から中学生までの小児を対象に、内科的急性疾患の一次診療（初期診療）を実施しているため、緊急の場合のみご利用ください。また、薬は1日程度の処方、検査は原則として実施していません。なお、休診する場合があります。

休日緊急歯科診療

歯科診療所おぞら
(保健センター内)
上安松1224-1
☎2995-1171

事業名	日時等
休日緊急歯科診療	▶とき：2月7日(日)、11日(祝)、14日(日)、21日(日)、28日(日)、3月7日(日)▶受付時間：午前9：00～11：30 ◎診療日は変更になる場合があります。

埼玉県小児救急電話相談

子どもの急病時に家庭での対処方法などの相談に応じます。
電話 #8000または、☎048-833-7911
相談時間 月～土曜日/午後7時～11時
日曜日、祝休日/午前9時～午後11時

市消防本部休日夜間病院案内

☎2922-9292 (24時間)

埼玉県救急医療情報案内

☎048-824-4199 (24時間)



歯無しのはなし

“8020運動（80歳でも20本の歯を保ちましょう）”という高齢になっても自分の歯で食べようという運動があります。私たちは何らかの原因で歯を失うことがあります。今回は歯が無くなった時のおはなしです。

Q1：歯を失う原因で多いのは何ですか？

A1：2大原因はむし歯と歯周病で、その割合は同じくらいです（図1）。「破折」（歯や歯の根がもろくなり割れること）は外傷だけでなくその多くは無髄歯（むし歯が原因で神経をとった歯）と考えられるので、原因はむし歯とみなすことができます。抜歯原因を年齢別にみると（図2）比較的若いうちはむし歯で失われることが多いのですが、40歳以降の成人期から高齢になると歯周病で失われる歯が多くなります。歯を失うのは老化のためではなく、むし歯や歯周病が主な原因なのです。

図1 抜歯の主原因（全体）

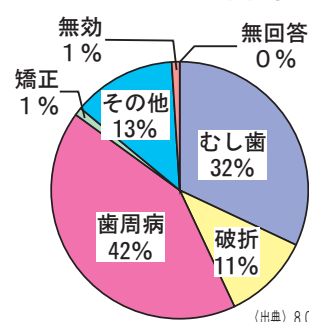
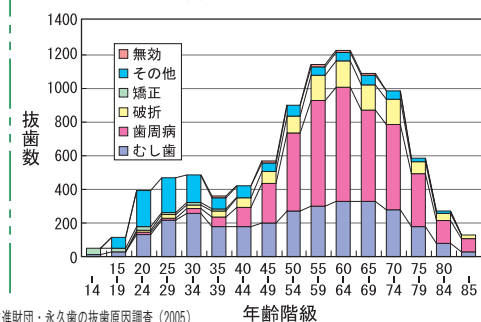


図2 抜歯の主原因別にみた抜歯数（年齢階級別、実数）



Q2：歯がないとどうなるの？

A2：健康なときの自分の歯の噛む力を100%とした場合、奥歯が一本欠けただけで約60%の機能が失われるといわれています。現代の高齢社会においては、認知症が大きな問題となっていますが、“よく噛むこと”は脳の血流を増加させ脳を活性化させることがわかっています。よく噛むことが認知症の予防につながります。また、よく噛むと唾液がたくさん出るようになります。この唾液には消化を助けるなどのよい働きがあります。また、噛むという刺激は笑顔を作り、“よく笑うこと”で自己免疫力が高められ健康につながるといわれています。生涯健康で若々しく心豊かな生活を過ごすためには、“よく噛むこと”そして“よく笑うこと”がとても大切といえるでしょう。歯を失ったままにしておくと、せっかくのこのような素晴らしい機能がなくなってしまいます。

Q3：歯がなくなったらどうするの？

A3：まず、取り外し式の入れ歯と固定式のブリッジが考えられます。入れ歯は、失った歯の両隣の歯を削らないですみ、取り外し式なので清掃がしやすいのですが、歯肉の上ののりで装着感が良くありません。ブリッジは、固定式なので着脱の手間がかからず装着感の良いのですが、両隣の健康な歯を削ります。また、清掃がしにくいです。

そのほかにインプラント（人工歯根）という方法があります。顎の骨の中にチタン合金などでできたネジを入れて歯を作るものです。

いろいろな治療方法があるので、かかりつけの歯科医師と十分相談して、あなたの口の中の状態とあなたの希望の中から、最もよい方法を選んでください。歯を失った後は、良い治療法をもって噛む力を回復させる必要があります。健康なときの自分の歯の噛む力を100%とすると、入れ歯による回復は70%まで、ブリッジによる回復は85%までという研究結果があります。かなりの割合を回復できますが、残念ながら自分の歯と同じようにはなりません。

歯を失わないようにするため、むし歯予防と大人になってからの歯周病予防がとても大切なのです。（協力 所沢市歯科医師会）保健センターでは、歯科健康教室や歯に関する健康相談を行っています。お気軽にご相談ください。

問い合わせ 保健センター☎2991-1811 FAX2995-1178

編集後記

1月号の「新春クイズ」「すごろくでところざわめぐり」は楽しんでいただけましたか？クイズに応募された方からは「クイズを毎年楽しみにしている」「新たな発見ができた」「〇〇を紹介して」等の意見をいただきました。ご期待に応えられるよう頑張ります。（♣）



その電話の声、本物ですか？振り込め詐欺被害が増加中！ご注意ください。

所沢警察署

