



医療法人社団星秀会

# ほしば歯科医院ニュースレター

Vol.44

今年もまた、憂鬱な梅雨のシーズンがやってきました。朝、晴れ間がのぞき安心していても午後から曇り、夕方からはじとじと雨が降り始めてしまう、そんな毎日が続きますね。どうしても好きになれないのです。

ただし、この季節になると綺麗に咲き誇る紫陽花の花だけは別です。紫陽花の青や紫には、知的活動による、頭の疲れを改善したり、心身をリラックスさせる力があるのだそうです。ほしば歯科医院の小さな花壇に、昨年紫陽花を挿し木しました。残念ながらまだ花は咲きそうにありませんが。(早く花を咲かせてくれないかなあ~)

ここ数年の傾向として梅雨の時期は長くなっているようです。今年はどんな梅雨なのでしょうね。

どうしても体調を崩しがちな季節です。環境を整え、食事もしっかりとり、健康にはお互い留意しましょうね。

## ❖ 食中毒の予防 ❖

湿度の高いこの季節に留意しなければならないことのひとつに「食中毒」がありますね。

「食中毒」とは細菌やウィルス、毒物などの混じった食品を摂ることによって起こる健康障害のことです。症状は「下痢」「嘔吐」などの消化器症状が中心ですが、場合によっては、「発熱」「意識障害」などが起こることもあります。

食中毒の原因となる細菌は、高温多湿の環境を好み、活発に繁殖するのです。それに対して人間は、高温多湿の環境では抵抗力が低下しやすく、細菌に感染しやすくなるのです。

食中毒は、集団で発生した場合にニュースになり



ますが、実は約20%は一般家庭で起こっているのです。

食中毒を予防するための基本ポイントをまとめると『つけない、増やさない、殺菌する』の3つになります。

つけない：食品から調理器具へ、調理器具から食品へ、あるいは手から食品など、細菌を別のところへつけると、食中毒が起こりやすくなるので、『つけない』ようにする

増やさない：細菌は高温多湿の環境で繁殖するので、食品は冷蔵庫で保存するなど、細菌を『増やさない』

殺菌する：多くの細菌は加熱により死滅するので、加熱調理をしたり、調理器具を熱湯消毒をして、『殺菌』する

あたりまえのことですが、これら3原則を忘れないようにして家庭での食中毒を防ぎましょう。

## ❖ 水のはなし ❖

季節柄のはなしとして、食中毒の細菌の繁殖について、述べましたが、我々医療機関にとっては、いつでも、細菌の繁殖は避けなければならない課題であります。「ほしば歯科医院」では、どのように、この問題に取り組んでいるのかを、そのひとつの水について説明させていただきます。

歯科医院で最も重要なのは(歯科医院に限りませんが)水と電気です。現代社会の中で電気はどの場面でも重要なのですが、歯科医院にとっては水も命なのです。うがいをする時、手を洗う時、洗い物をする時、そして何と言っても歯を削る時にも大量の水を使用します。

歯を削る装置はエアータービンと言って、動かすと「キュイーン」という音がします。これは高速で回転するので、そのまま削ってしまうとかなりの高熱が発生します。そこで大量の水を歯にか

けながら削っていくのです。

さて、このようなタービンの水にはこれまであまり関心を持たれていませんでした。基本的には冷却が目的ですからその組成について注目する人が少なかったのです。しかし、最近、歯科で使用する水の汚染度の調査結果が発表され

、学会やマスコミ等で取り上げられるようになりました。実はかなり汚染されていたのです。週刊誌の中には『歯科医院で感染の危険！』などとセンセーショナルな記事にしたものもありました。

歯科医院の多くは、ユニット（診療用の椅子）の下に配管が組まれています。皆さんが歯科を受診する時、必ず一段上がらなくてはならないのはそのためです。その配管内で細菌が繁殖する環境になってしまったようです。

とは言え、週刊誌の表現は少しオーバーで、ある程度の細菌がいたからと言って全ての人が危険にさらされるというものではありません。高齢者や体力が低下して免疫力が低下したような人の中には注意を要する、という程度です。

しかし、「ほしば歯科医院」では、この問題を重要視し、殺菌水のシステムを導入しました。これは、1カ所で殺菌水を生成（電気分解）し、各診療台および流しに水を供給するというものです。つまり、殺菌水が流れるので、配管内での細菌の

繁殖は  
抑えら  
れ、  
タービ  
ンから  
も、う  
がい用  
の蛇口  
からも、  
殺菌水  
がでて



くるのです。もちろん、スタッフが手洗いをしたり、器具を洗ったりする水も殺菌水を使用しています。数年前からこの電解水の有用性は認められており、人体に悪影響を及ぼすことはありません。「やっぱり変わったんだ！」「普通の水とは違う」と、明らかに分かるようなものではありませんが、皆様にとって少しでも安全に診療を受けていただければいいなあと思っています。この装置は、新しい診療室の窓際の一番右側にそびえています。ご興味があれば見てくださいね。

自動車会社が自動車の安全性を無視したり、食品会社が、食品の衛生問題を無視したり、当たり前のことが、当然のことが守られていない、嘆かわしい世の中になってしまいましたね。

こんな世の中だからこそ、改めて医療機関に求められるあたりまえの衛生面について、常に気を遣っていきたいと考えます。



## ご意見はこちら

ほしば歯科医院へのご意見、ご感想、その他何でも受け付けております。どのような方法でも結構ですからお気軽におっしゃってください。

電話 03-3686-4657

ファックス 03-3877-7771（院長直通）

E-mail [info@hoshiba.net](mailto:info@hoshiba.net)

<http://www.hoshiba.net>



## 編集後記

《一読十笑百吸千字万歩》

1日のうちに1回は新聞の社説程度の文章を読み、10回は笑い、100回くらいは深呼吸をして、日記や手紙など1000字くらいは文章を書き、10000歩くらいは歩く。

ある循環器専門医の先生の、年をとっても元気に過ごすための持論だそうです。なるほど！

ほしば歯科医院ニュースレター 第44号  
発行日 2004年6月14日発行

〒134-0088 東京都江戸川区西葛西1-13-7

tel. 03-3686-4657 fax. 03-3877-7771

e-mail. [info@hoshiba.net](mailto:info@hoshiba.net)

<http://www.hoshiba.net>

発行責任者 干場貴司