

ごとう通信

第230号

令和2年2月1日

今年はやはり暖かいですね。もち

ろん、本当に寒いなあと思う日もありますが、「もう春になったかな」という日もあります。寒いのが苦手な僕にとってはありがたい冬なのですが、これはこれで異常気象ですよね。スキー場がオープンできないといったものはともかく、寒い時期にしっかりと温度が下がらないと農作物や動物の生態にも影響を与えてしまいます。環境問題は待ったなし。みんなのできることを考えないといけませんね。



さて、ここにきて新型コロナウイルスに

よる肺炎が大きな社会問題になってきました。目に見えないものは恐怖ですよね。そこでもう一つ心配なのはオリンピック。

海外から多くの方が来られることもそうですし、海外の方が渡航を控えるということも起こりえます。多くの方が成功に向けて頑張っている中、こんな時に限って…と何か水を差された気がします。何とか無事に開催し、思い出に残るイベントになるといいですね。

国際展示場

先月、東京国際展示場（ビッグサイト）に行く機会がありました。これまで東京マラソンのイベントやゴール地点として行ったことがある



ので、あまり確かめもせずりんかい線に乗って国際展示場駅に向かっていた。ところが、目的のイベントの会場案内を見るとその手前の東京テレポート駅が最寄り駅になっていました。「あれ？」と思って調べてみると、国際展示場が青梅展示棟として臨時移転していました。

本体の方は、東京オリンピック期間中にプレスセンターとして使用するために増築中らしいのです。行ったことがある方は分かると思います。が、十分大きく、オリンピックだからと言ってこれ以上大きくしてどうするのかとっていました。しかし、展示場の世界的な規模を考えるとかな

り小さく、大きいものだと、現在のビッグサイトの5倍ほどのものがあるそうです。

僕にはあまり関係ありませんが、このようなところで展示をし、商談をまとめていくという場所です。そのため展示場の規模はその国の経済力を示しているそうです。ビッグサイトは、日本最大のコンベンションセンターでありながら、展示面積が世界で78番目、アジアでも22番目と聞くと、ちよつと残念だなあと思っています。

ブラッシング信仰

僕も言いますが、歯のブラッシングはお口の健康を保つ上で基本中の基本です。ここに間違いはないので

すが、基本であっても全てではないということが重要なのです。これは皆さんが、と言うよりも、歯科医療関係者の中にも、すべての原因はブラッシング不良と誤っている方がいます。

歯ぐきの軽い炎症などでしたらブラッシングさえしっかりやれば完治するかもしれません。しかし、むし歯や歯周病などであれば立ち止まってその原因を考えなければなりません。小児のむし歯にはブラッシング不足というものも多くみられますが、成人になってからのむし歯には様々な因子が含まれています。噛み合わせの問題や噛む力（歯ぎしりなど）、

唾液の質や免疫力、さらには歯そのものの質であったり。



もっと厄介なのが歯周病。歯ぎしりや免疫力はもちろん、歯ぐきは血管が豊富に走っているため、血の流れは大きく関与します。そのため、血圧や血糖値、飲んでいるお薬、また喫煙によるニコチンも大きな因子となるでしょう。そう考えると、歯周病が全身の健康と結びついていることがわかりますよね。最近、歯周病だと心臓の病気や糖尿病になるというようなことが言われますが、歯周病だけ治そうとしても難しいのです。それぞれ相関関係がありますから。

歯ブラシは重要ですが、歯ブラシさえやっておけばいいというわけではないということです。最低限、しっかりとブラッシングをしておく。その上で全身の体調管理もしっかりやるのがむし歯や歯周病の予防につながります。