

大きな理由は見つかりません。不快なく使っている方であればそのままでも問題ありません。

また、皆さんは「誤嚥性（ごえんせい）肺炎」という言葉を聞いたことありますか？高齢者の死亡原因の多くを占める病気なのですが、夜間睡眠中に異物（汚れた唾液など）が誤って肺に流れ込んで肺炎を起こすのです。実は、入れ歯を入れておいた方が飲み込みの機能が高い（誤嚥を起こしにくい）というデータもあります。そうになると、高齢になると夜間は入れ歯を入れた方がいいということになります。



もう一つ、入れ歯をはずして水につけるといふ意味はあるのでしょうか。実

は…全く意味がありません。水につけておかないと変形すると聞いたことがありますが、その変化量は微々たるもので、ほぼないといっても過言ではありません。もちろん、入れ歯洗浄剤に入れておくという方もいるので、それは悪くないと思いますが、洗浄剤の効果はつけてから約15分で十分なんです。ですから、一晩つけておくと効果が高いなんてことはありません。

そう考えてみると、「入れ歯はいつも清潔に心がけ、週に一度くらい15分ほど洗浄剤につけるけれど基本的にはずすと口の中に入れておく」が本当の使い方なんです。もちろん、パカパカ外れて不安定だとか痛みがあるなんてことは対象外ですよ。常識と思っていたことにも嘘があったりします。残念ながら教科書通り「夜

はずしましょう」と言う歯医者もいますが、常識は疑ってみましょうね。

休診日

十月は休診日が重なってしまいました。学会やセミナーなどこの時期に集中するんです。その他にも広島に帰省する機会を作ってしまった、皆さまにはご迷惑をおかけします。

今年には京都のセミナーに招かれています。今年、午後には移動して日帰り。秋の京都は楽しめそうにもありません。いつものように、何かありましたら診療室の留守番電話にご用件を吹き込んでおいてください。確認次第ご連絡します。よろしく願います。