

うことがあるの
ですね。

実習ではマネ
キンに心臓マッ
サージ（胸骨圧
迫）をするのです
が、これがとても
つらい。人間の胸
を5センチは圧

迫するのですから相当力があるのに、
一分間に100回！ 正直一分でも
つらかったです。それを何度も。以前
受講した時より体力、腕力も落ちて
いることを痛感しました。医療支援
走を全力で走ることはありませんが、
今度から相当体力を残していないと
いけませんね。

まずは、自分自身がこのような処
置を受けなくてよいよう東京マラソ
ンを楽しみたいと思います。奇跡的



にテレビで見かけた人には何かプレ
ゼント！

歯が割れる

何かのブームでしょうか。と言っ
ても決して良くないことなのですが、
年末年始と外来診療で歯が割れる方
が続出しました。季節的なものでも
あるのかと不思議な仮定を立てた位
です。

状態はそれぞれ異なります。前歯
の先端がちよっと欠けた人から真っ
二つに割れてしまい痛みが出た方ま
で。

正直こういった症状を100パー
セント守ることはできません。と言
うのも、寝ている間の食いしばりや
噛み癖、歯並びなどにも原因がある

からです。

本当に大きく割れ
てしまっても残
っている根がしっか
りしていれば再び元の歯のような形
に戻せることもあります。



実は、このように割れる歯の多く

は中に神経がない歯です。むし歯な
どで中の神経を取り、差し歯のよう
なものを入れた歯です。また、高齢者
の方の歯では中の神経が衰弱してし
まい、神経を取ったのと同じ状態に
なります。逆に言うと、歯の神経があ
ることによって「しなり」のようなも
のが残り、ある程度の力には抵抗で
きるのです。

皆さんもどこかで聞いたことはあ
ると思いますが、「歯の神経を取らな
い方が良い」というのはこういう理
由からです。