



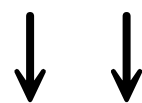
今年は暑くなったかと思うとまた寒くなりすがすがしい天気が続きませんね。みなさんいかがお過ごしですか。

今回はむし歯予防デーにちなんで
リウマチとむし歯についてご紹介します。

むし歯の原因として考えられること



- 手指、手関節の痛みや機能障害によりブラッシングの細かい動作が難しく磨き残しができやすい。
- 顎関節に炎症がおこると痛みで開口障害が生じ奥歯が磨きにくい。
- シェーグレン症候群がある場合は、唾液の分泌が低下することにより口腔内の自浄作用が低下しむし歯になりやすい。
- 関節痛が強い場合は、歯磨きがおっくうになりやすい。
- むし歯に気づいていても痛みが強いなど何らかの理由で外出が難しくなると歯科治療が遅れやすい



その結果

むし歯になりやすい 歯科治療が遅れ喪失歯が多い

歯を失う原因として 一般的には歯周病が多いのですが、
リウマチの方はむし歯による喪失歯が多いというデータがあります。



だから

リウマチの方はむし歯を予防することが大切です

むし歯予防の対策として

- 手指や手関節の機能を補う → 歯ブラシの握りを太くする
電動歯ブラシは重さと振動を支えるため上肢の関節に負担がかかる場合がある
- 顎関節症による開口障害 → ヘッドの小さい歯ブラシを使う
デンタルリンスを利用する
- 唾液の分泌低下 → シェーグレン症候群の治療をする
口腔ケアグッズを利用し乾燥を防ぐ
(オーラルバランス オーラルリキッドなど)
- 痛みが強い → デンタルリンスでうがいだけでも行う

※定期的に歯科でむし歯のチェックや歯垢の除去を行うとよいですね。 ~みなさんもお自分の歯磨きを振り返ってみてはいかがでしょうか~

お知らせコーナー リウマチ教育入院をご存じですか？

当院では下記の内容で教育入院を行っています。

リウマチという病気をよく知ることは自己管理する上でとても重要です。参加は希望制でリウマチの方ならどなたでも参加できます。ご希望の方はお気軽に看護師までお問い合わせください。

奇数月の第2週 月曜日～金曜日

講師：医師、看護師、薬剤師、リハビリ技師、管理栄養士、検査技師、医療ソーシャルワーカー、レントゲン技師
リウマチの様々な検査とリハビリが受けられます。



リウマチ初期の方にはお勧めです。

お友達づくりをしませんか