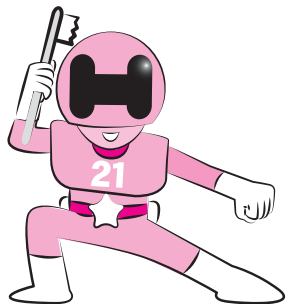


健康にしお21推進  
マスコットキャラクター



# 健康通信

知っていますか？ お口と全身の関係  
～成人の約8割が歯周病！～

問西尾市保健センター(☎ 57・0661)

## 歯周病って何？

□の中の歯周病菌が原因となり、歯と歯を支える歯ぐきや骨などが壊されていく感染症のことで、日本人が歯を失う原因の第1位です。

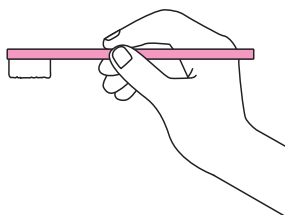
歯ぐきから出血する、□の中がネバネバする、□臭が気になるなどの症状があり、本人が気付かないうちに進行します。

## 歯周病は全身に影響する

歯周病菌が出す毒素が、全身に回ってしまつと、脳や心臓の病気、肺炎、早産、低体重児出産、肥満などを引き起こしたり、糖尿病を悪化させたりします。

## 歯周病を予防する

- 予防法その1 「歯磨き」
- 予防の基本は歯磨きです。毎日行い、しっかりと歯垢を除去しましょう。



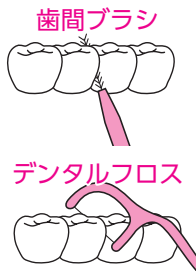
歯ブラシは鉛筆を持つように、無理な力が入らず、歯や歯ぐきを傷つけずに磨けます

- 磨く順番を決めて、磨き残しをなくしましょう



一筆書きで、歯を一周するように磨くのがお勧めです

- 便利なデンタルグッズを利用しましょう



歯と歯の間や、歯並びの悪い部分に使うと効果的

- 予防法その2 「定期的な歯科健診」

定期的に歯科医院で健診を受け、歯石の除去や自分に合った歯磨き方法を指導してもらいましょう。

## 歯科健診を無料で受診する

市内在住で20歳以上の方は、年1回、無料で歯科健診が受けられます。受診には受診券が必要ですが、詳しくは西尾市保健センターまたは吉良保健センターへお問い合わせください。  
※治療を受ける場合は、実費負担です。

# 市民病院 Q & A

Q

「手術看護認定看護師」の資格を持つ方は、どのような看護をするのですか？

手術看護認定看護師 荒川泰範

A

手術看護認定看護師は、医師から手術の必要性を伝えられた後、手術を受け、退院するまでの「周手術期」の看護をしています。現在は、手術室に勤務し、主に入院後に手術を受ける場面で見守っています。



手術に対する不安を抱えた患者さんやその家族に寄り添い、少しでも安心して手術が受けられるように、手術前には病棟を訪問し、手術室内での処置について説明します。また、認定看護師として、手術を受ける患者さんの看護に関する最新の知識と技術を持つことで、身体的・心理的・社会的な状態を総合的に判断しながら、手術で起こり得る事態を予測し、迅速・適切なケアを提供していきます。

手術を受ける方の多くは、漠然とした不安や、手術・麻酔に対する不安を抱えています。また、手術は患者さんやその家族の一大事です。だからこそ、手術に関わる者として、患者さんの代弁者となるように努力していきたいと思えます。

手術の決定から回復期にある患者さんやその家族の意見を尊重した看護を実践していきますので、何か困ったことがあれば気軽に声を掛けください。

岡市民病院管理課 (☎ 56・3171)