細菌

細菌要因

時間の経過

歯の質

むし歯の原因

糖質 とくに砂糖

歯周病三大要因

の3つの危険因子が複雑

の予防を

にからみあって発症し、

歯になります。

歯周病の要因は、「細

「全身状態」「環境」

+時間が重なりあうと中

細菌」「糖質」「歯の質

だくと、虫歯の要因は、

おさらいをさせていた

ていただきました。 4月と6月にお話しさせ

連載

ます。この仕組みを免疫 を攻撃する仕組みが出来

出来ます。また、多くの 症化を予防する事が期待 感染症の発症あるいは重

人が予防接種を受ける事

に外から侵入する病原体

免疫が作られ、その人の

(66)

"科学的根拠

」がある効能とは

証拠

### 民医連 代々木歯科 **―その78**― 歯科医師

## 虫歯と歯周病の要因 虫歯の要因と歯周病の

ハブラシを見直してみましょう 病の細菌も歯垢(プラー 監物佐栄子

要因はそれぞれの要因が 虫歯・歯周病の要因が重 なりあうと危険 虫歯の要因と歯周病の ઇ

要因について、それぞれ

の中にいます。つま

ば危険性は低くなりま 要因が重なり合わなけれ ります。言い換えれば、 病になる危険性が高くな 歯ブラシによる細菌コン トロールで虫歯・歯周病 重なり合うと虫歯・歯周 ます。歯ブラシをして汚 周病の両方の細菌をコン 歯周病の両方を予防する トロールすることが出来 できなければ、虫歯と歯 鳥になります。 ことが出来るので一石二 れを除去すれば、虫歯と し、歯垢(プラーク)が っかりと歯の汚れを除去 歯ブラシをして、し

あるとは思いますが、こ を見直してみてはいかか 行うことは面倒なことも 食事の後に歯ブラシを せて頂きます。 等が体中で作られ、新た チンについて少しお話さ

感染症にかかると抗体

れば、虫歯・歯周病の両

す。虫歯の細菌も、歯周

方を防ぎやすくなりま

細菌をコントロールでき

いるのは細菌です。この

両方の要因に共通して

因子がすべて重なってい 進行します。この3つの

#### くすりの話 こ あ ħ

#### 'クチンと予防接種について

薬剤師

用したワクチン 免疫の仕組み利

けるとその病気に対する あります。予防接種を受 社会の二つを守る役割が 予防接種には、個人と

と社会の二つを 予防接種は個人 守る役割

ころでもあります。 大きいのですが心配なと

つかりと 日常の予防をし

ませ、この先も乗り越え うことではありません。 ていきましょう。 種をしたから大丈夫とい る可能性があり、予防接 エンザの様に何度もかか は変異を起こしやすいウ 行う習慣を、体に染み込 **日常から手洗いうがいを** イルスであり、インフル また、コロナウイルス

ワクチン

れますが、実際に感染症 や発疹等の副反応がみら りにくくします。稀に熱 る免疫を作り、病気に罹 ウイルスや細菌等に対す 利用したのがワクチンで といい、免疫の仕組みを つす事を軽減する利点が にかかるよりも症状が軽 ことにより、あらかじめ す。ワクチンを接種する

横尾浩也 たくみ外苑薬局

ルスワクチンへ 新型コロナウイ の期待と心配

このワクチンへの期待は らから指摘されており、 して、関係機関の専門家 できるのかという事に関 査で安全性が充分に審査 クチンですが、早急な審 る新型コロナウイルスワ 現在、開発が進んでい

して注目されているワク

最近、感染症の対策と

るサプリの信頼性」の続 12月号 「医師がすすめ

という説明は強いアピー さらに信頼感が増すよう ルポイントです。根拠を 「エビデンス」と書くと、 科学的根拠がある」

サプリメントについては より厳しい注意が必要で どの問題がありました。 よる薬害・薬漬け医療な 医薬品でも過剰販売に

いく必要があります。

藤竿伊知郎

(外苑企画商事) 医師が効果が高いと推奨 どは、根拠に基づく医療 がなかったり、副作用が 患者に使った場合、効果 くはずの薬でも、多数の るためです。理論的に効 した。臨床経験の豊富な (EBM)が浸透してきま によって消えることがあ した治療法でも、再評価 医療分野でこの30年ほ

免疫効果が発揮され、

阻止する事が出来る集団 感染患者が出ても流行を 得していると集団の中に で、多くの人が免疫を獲

染の拡大を防ぐことが期

の研究にもとづく評価が ません。 いても、 生じることがあります。 できなくなりがちです。 る理論にしばられ、最新 究者でも、自分が信奉す 経験からの考えかもしれ 権威者が自信を持って いかに優秀な研 偏ったケースの

学的根拠とはよべませ

めた研究でなければ、科 で有効性や安全性を確か でエビデンスがあると称 となった少数の研究だけ

製造会社がスポンサー

しています。多数の人間

が残ります。 観的に評価できるか疑念 企業の出資を受けた研究 規模の費用が必要です。 研究費は医薬品と比べる )格安ですが、数千万円 機能性表示食品の開発

対する公的規制を求めて 「衛だけでなく、販売に **広告を信じないという** 有効性・安全性を客

## 等」を掲げるのか?討論なぜ綱領で「いのちの平



を行いました。「綱領で印象に残った言葉 は?」の問いに、「無差別平等の医療」、「戦 争政策反対」などが出されました。「なぜ民 医連はいのちの平等を掲げるのか?」討論。 最後に講師から「綱領は時代と共に発展する もの。新しい時代にみなさんで綱領を発展さ せてください」とメッセージが送られまし

# 新入職員「民医連綱領」研



11月6日、新入職員の「民医連綱領」研修