



代々木歯科コーナー

連載

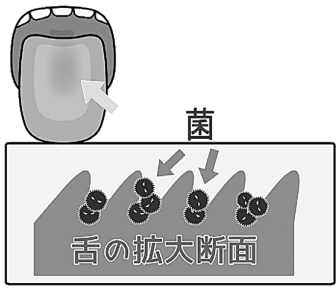


見落としていないですか、舌の汚れ
—その104— 歯科医師 監物佐栄子

皆さんは、歯磨きや入れ歯の清掃については意識的に行っているかと思えます。では、舌の清掃について意識して行っていますか？

舌の表面は食物を喉に送り込むためザラザラしています。健康な状態では、しっかり噛み潰した食べ物を送り込むので舌の上に食べかすが残ることとはあまりありません。

しかし、歯が少なくなったり、消耗した入れ歯を使用したり、お口の周囲の筋肉が衰えたりすること、舌のザラザラした隙間に食べかすが溜まってしまいます。その食べかすを栄養源として細菌



が繁殖してしまい、舌の表面に黄白色の舌苔といわれるものが形成されまわす。舌苔は舌の表面に付着して汚れています。歯ブラシで奥から手前へと徐々に取り除くことが出来ますが、舌苔が厚く付着している場合は上手に飲み込みが出来ていない可能性もあるので、歯科医院にて相談してみてください。

無料低額診療事業のご案内

医療費にお困りの方は、ご相談ください。

経済的な理由で、診療費の支払いが困難な方にも適正な治療を受けて頂くために、無料低額診療事業を行っています。

お気軽にご相談下さい。

代々木病院 患者サポートセンター

TEL03-5411-9583 (直通)

平日 9:30~16:30

土曜日 9:30~12:00

人権としての社会保障運動交流集会

稲葉剛さんが基調講演と演題発表



「生活困窮者支援の現場から」WEB講演を行う東京つくろいファン代表の稲葉剛さん

料低額診療で見えてきた超過滞在中の外国人医療の実態(中野共立病院)②「なんでも相談会から始まる青年育成と自治体交渉」(ほくと医療生協)、③「ケアハウス(都市型軽費老人ホーム)から見える高齢者の実態」(ケアハウスかねがふち)と3つ演題発表がありました。それぞれの報告ごとに討議が行われ、②「超過滞在中の外国人医療の実態」の議論では、患者サポートセンターの柳田ソーシャルワーカーから「外国人の支援では生活保護の申請が認められないが深刻な病状を抱えているながら医療を受けられない状況があり、外国人の人権差別の問題を目的の当りにしている。無保険の外国人では、無料低額診療事業で医療費は全額病院持ち出しとなり、数百万円もの費用となるため病院としても限界を超えている。制度自体の見直しが必要ではないか」などの実態や問題点を話しました。

1月28日、東京民医連「第4回人権としての社会保障運動交流集会」が開催され、代々木病院からWEB視聴で5名が参加しました。基調講演では、東京つくろいファン代表の稲葉剛さんが「生活困窮者支援の現場から」と題して講演を行いました。2020年春以降は新型コロナウイルス感染拡大が連動しました。「コロナウイルスに感染し入院していた。退院したが雇止めになった。最後の給与が手取り7万円しかなく支払いができない。昨日も食べてなく、栄養失調になる。お金がない」、「自宅の家賃も店舗の家賃も払えない」など対人サービスに従事している方の仕事が一気になくなり生活困窮者が激増しました。路上生活者や生活困窮者への生活保護利用、住宅支援(住まいの確保)、外国人在留者の支援などの活動と活動を通じて浮き彫りとなった不十分なセーフティネット機能の実態や改善の課題、また、相談会や無料低額診療での民医連事業所と連携した活動などが語られました。



渋谷区 石井和子

サプリメントに頼らない生活

薬剤師 藤竿伊知郎 (外苑企画商事)



体を守るはずの免疫反応が花粉に対して強く反応し、アレルギー症状を起します。「鼻アレルギー」の全国疫学調査2019では、対象者の42.5%が花粉症と診断され、国民病となつていきました。治療は対症療法が中心で、不快な症状を抑えるための抗ヒスタミン薬が使われます。しかし、その人に合った薬が選ばれてないことが多く、治療効果が乏しいと感じて民間療法が利用されています。「花粉、ホコリ、ハウスダストなどによる鼻の不快感を軽減する機能や、大腸の腸内環境を改善し、腸の調子を整える機能が報告」された「ビフィズス菌」が機能性表示食品で人気を集めています。

今年はずき花粉がたくさん飛ぶと予測されています。花粉が鼻や目に不快感をもたらす、憂鬱なシーズンは5月まで続きます。

2月の3階渡り廊下



2月の3階の渡り廊下は洋画の名優。「パリの恋人(1957)」のオーディリー・ヘプバーン、「お熱いのがお好き(1959)」のマリリン・モンロー、「パイレーツ・オブ・カリビアン(2003)」のジョニー・デップが展示されています。通所リハビリの利用者さんがリハビリで作成しています。

