



北海道胆振東部地震

今年、関東甲信地方は観測史上最速となる6月29日に梅雨が明け、その後は記録的な猛暑が続きました。

9月に入り朝晩の涼しさを感じられるようになりホッとしていた矢先の9月6日、北海道胆振東部を震源とした震度7の地震が起きました。早朝から厚真町の土砂崩れや札幌市清田区の地盤沈下の映像が飛び込んできました。私は同級生が札幌市清田区で歯科医院を開業していましたので、慌ててメールで連絡を入れました。3日後に返信があり「自宅と診療所は大丈夫、ただし断水の影響で診療はできない、水の大切さを実感した。」との事でした。

災害時には、水、食料が心配になります。そんな中、北海道を地盤とするコンビニチェーン「セイコーマート」は、道内1,100店舗のうち50店舗以外は地震当日から営業し、おにぎりや惣菜を提供していたそうです。長野県では馴染みのないセイコーマートですが、他のコンビニチェーンよりドリンク類や惣菜が豊富で安く（コーラ¥50、惣菜¥100等）、私は北海道にいた学生時代に良く利用させてもらいました。地元の民間力は強いです。

平成7年の阪神淡路大震災以降、大きな災害が全国各地で起きています。他人事でないことは十分承知していますが、何より備えが大切であると思います。



知って得する歯科の知識7



顎関節症について

★当院に来院される患者様の症状ごとに分類しました。

（「顎関節症」永末書店参照）

① アゴを動かすときに音がする

顎関節を構成する関節円板（関節に乗っているクッション）の位置異常によるもので、一般的に40%の方に認められると言われます。

② 口を開けようとすると痛い

痛みが関節なのか筋肉なのかを診断する必要があります。関節の痛みの場合は、炎症が考えられ、鎮痛剤が効果的な場合があります。一方、筋肉の痛みの場合は、温める、マッサージなどの理学療法が有効とされています。どちらの場合も、関節、筋肉の負担軽減を目的にマウスピースを作製することが多いです。

③ 口が大きく開かない

開かない原因が、痛みなのか、物理的障害（関節の変形、関節円板の位置異常）によるものかを判断します。物理的障害の診断には、CT画像検査やMRI画像検査を用います。



長野県選抜3連覇！

去る7月29日、37度を超える猛暑の中、富山アルペンスタジアムで「北陸6県歯科医師野球大会」が開催されました。われわれ長野県歯科医師会選抜チームは、順当に勝ち進み、見事大会3連覇を果たしました。

私も微力ながら参加しましたが、北陸独特の早朝からの高温、湿気、そして前日の診療の疲れ？ から試合途中で手足の痺れ、眩暈といった熱中症症状が出てしまい、2回戦以降は控え（代打、守備）にまわらせていただきました。

次は、2連覇を賭けて10月7日からの全国大会に臨みます。今度は、フル出場できるように頑張ります。

院長 野口和秀

◆試合結果◆

第1試合	長野県 10×0 石川県
第2試合	長野県 8×5 新潟県
決勝戦	長野県 3×2 岐阜県