

平成28年5月 NO.23

発行：三重耳鼻咽喉科 莊司邦夫・坂井田麻祐子

津市観音寺町 445-15

Tel:059-228-0100 Fax:059-228-0133

ホームページ：<http://www.miejibika.com/>携帯サイト：<http://www.miejibika.com/i/>

今号は、先月行われた、津地区医師会主催の「合同医療安全研修会」で得られた情報から、耳鼻科と関係のある話題を報告いたします。

この合同医療安全研修会という勉強会は、医師、歯科医師、看護師、薬剤師が一同に会し、様々な方面からの情報を共有することで、患者様の診療・治療・調剤に役立てようとする目的で行われている、全国でも比較的めずらしい会です。年3回ほど開催され、毎回参加していますが、耳鼻科だけで行われる勉強会とは異なるお話が聞けて、大変勉強になります。

今回の会の中では、歯科の先生からの「おとな虫歯」のお話と、眼科の先生からの「薬剤による眼の病気」のお話が大変印象的でした。思わぬところで耳鼻科と関係がある話題がありましたので、お伝えしようと思います。

### 「おとな虫歯」のお話

食べ物を食べると、口の中に住んでいる虫歯菌（ミュータンス菌とラクトバチルス菌）の影響で、口の中が酸性になり、歯のカルシウムが溶け出して、虫歯になります。食後、歯を磨いても、そのあとちょこちょこ食べ物を入



れる人は、口の中がいつも酸性気味になるので、虫歯になりやすいようです。これは、食べる癖の問題だけではなく、例えば、妊婦さんや胃の手術を受けた方など、一度に食事が取れず、少量ずつ小分けにして食べる方も虫歯のリスクがあるそうです。

しかし、少し溶けかけた歯も、唾液の中のカルシウムが作用し、自然に治ります（再石灰化）。なので、なるべくダラダラ食べずに、きちんと歯を磨いて眠れば、通常虫歯になることはありません。

ところが、何かの原因で、「唾液」が少なくなると、溶けた歯を治すことが出来ず、虫歯になります。いわゆる「ドライマウス」の状態は、口が渴くだけではなく、歯にも影響しているのです。耳鼻科には、ドライマウスの患者さんはたくさんいらっしゃいます。原因は、加齢や水分不足、薬の飲み過ぎ（特に、アレルギーの薬や睡眠薬、精神安定剤など）、部屋の乾燥、口を開けて寝る（口まわりの筋力低下）など、色々あります。主には、水分を摂る、部屋の湿度を上げる、マスクなどでお口やのどの保湿をする、などで改善します。どうしても改善しない場合は、お薬をたくさん飲んでいらっしゃる方は、薬の影響がないか主治医の先生にご相談してみてください。特に原因が思い当たらない場合、唾液腺が壊れる病気（シェーグレン症候群）の可能性もありますので、診察の際にご相談ください。

### <歯にまつわる豆知識>

- ・ 子供は、母親の口にいる虫歯菌をもらうそうですが、その時期は決まっています、大体2歳前後だそうです。その頃、母親のお口になるべく菌がないことが望ましいので、小さいお子さんのお母様はお口のケアをしっかりお願いします(\*^\_^\*)。
- ・ 最近増えている「おとな虫歯」に対して、大人用のフッ素入り歯磨き粉や、フッ素入り洗口液が発売されはじめたようです。寝る前に磨いたら、仕上げに洗口液でうがいをするか、水でのうがいは、薬効成分が夜間に口に残るように、1、2回程度に

とどめるのがよいとのこと。寝ている間は唾液が出ず、再石灰化が起こりにくいので、フッ素でケアをしましょう。

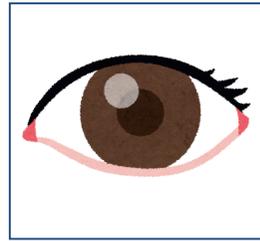
## 「薬剤による眼の病気」のお話

当院では、問診票の中に持病を伺う欄がありますが、その中に「緑内障」が入っています。耳鼻科に眼は関係なさそうですが、実は、緑内障はお薬によって影響を受ける可能性がある病気であり、また、場合によっては大変重篤な合併症を起こしうる病気であるため、我々はいつも注意をしています。

緑内障は、眼圧の上がる病気で、視界に見えない部分が出てきたり、視野が狭くなる等の症状が出る病気です。急激に眼圧が上がると（急性緑内障発作）、眼や頭の激しい痛み、吐き気が起こり、最悪の場合は失明することがあります。普段から眼圧が上がりがやすい方の場合、この発作が薬によって引き起こされることがあります。

代表的なのが、「ステロイド」というホルモン剤です。耳鼻科領域でもよく用います。もともと、体の中で作られているホルモンで、ストレスに対応したり、体を元気にする、とても大切なホルモンです。炎症を抑える力が強く、のどの炎症が強い方や、のどが腫れて息苦しい方には必ず用います。また、突発性難聴の方には約2週間くらいの処方をする。日常的に使用することも有り、アレルギー性鼻炎に対する点鼻薬、喘息の吸入薬には必ず入っています。アトピー性皮膚炎や湿疹などに用いる軟膏にも入っていることが多いです。そのくらい、ステロイドはよく使われ、またとても効果的で、素晴らしいお薬です。ただし、使い方を間違えると、副作用の一つとして先程の「急性緑内障発作」を起こしうるということです。

一般的に、アレルギーの点鼻薬や、喘息の吸入薬は、ほとんど



血液中に入らないため、眼圧上昇が起こることは滅多にないそうです。ただ、元々眼圧が高めの方は、定期的に眼科の先生に診て頂いてください。

内服や点滴のステロイドは、短期間であれば全く問題ありません。耳鼻科では、長くても2週間程度の使用ですので、大丈夫とのこと。念のため、緑内障がおありかどうか確認し、必要があれば、眼科主治医の先生にこちらからご相談したり、受診して頂くようお願いしています。

研修会では、5年以上顔にステロイドの軟膏を塗り続けていた方が、急性緑内障発作を起こし、失明したという話を聞きました。改めて、薬の使いすぎは気を付けなければいけないと思いました。特に、軟膏などは、気軽に使いやすいお薬なので、処方を受けたら、使い方を守って正しくお使いください。当院では、耳や鼻に塗る軟膏を処方することがあります。この際も、ごく少量を、症状の強いときだけ使用して頂くようお願いをしています。ご理解宜しくお願いいたします。

だんだん暑くなってきましたね。

熱中症の危険性もでてくる時期になってきました。水分補給はこまめに行いましょう。

スギやヒノキの花粉も終わり、今アレルギー性鼻炎の症状がある人は、イネ科の植物の方が多いです。雑草ですので、草刈りをした後に、眼がかゆくなったり、くしゃみを連発するような方は、ご相談ください。また、梅雨時になると、ダニが増えて来ますので、ダニアレルギーの方々は、対策をしましょう。

