

すみれ 通信



5月、風薫る過ごしやすい季節です。しかも、長期休暇がとれ、年中で一番楽しみな季節ですね。さて、何気なく呼んでいる「ゴールデンウィーク」、皆さんはその由来をご存じですか？

元々は春の大型連休と呼ばれていました。1948年に「国民の祝日に関する法律」が公布・施行され、翌1949年の5月に初めて春の大型連休ができたのです。当時は、4月29日、5月3日、5日の飛び石でした。その後、5月4日が休日（みどりの日）になりました。企業では、5月1日はメーデーで仕事にならず、2日だけ出勤しても効率が上がりません。そのため、5月2日とその後の休日を振替えて休む企業が多くなったのです。今年は9連休という企業も多いと思います。

「ゴールデンウィーク」という呼び名は、1951年の春の連休に公開された映画が、お正月やお盆の興行よりもヒットしたため、さらに多くの人に映画を見てもらおうと、当時の映画制作会社が作ったキャンペーンの造語だそうです。テレビの視聴率が高くなる時間帯（19:00～22:00）を「ゴールデンタイム」といいますが、映画の「ゴールデンウィーク」とどちらが先なのでしょうね。ちなみにNHK（日本放送協会）ではこの名称を認めておらず今も「大型連休」と呼んでいるそうです。

ところで、歯が痛くなってしまうと、せっかくの旅行やお出かけが楽しめなくなってしまいます。お出かけの前には、早めに歯の治療や歯科検診にお越しくださいね。

すみれ歯科クリニックからのお知らせ

GW 休診のお知らせ

新宿： 5/3（水）～5/6（土）
築地 }
小岩 } 5/3（水）～5/7（日）
日本橋 }



各院、お子さまの診療もしております。ご自宅、施設等の訪問診療もしております。

◎すみれ歯科新宿御苑前クリニック 診療日：月～木、土日、祝日

住 所：新宿区新宿 1-11-17 第2KSビル 2F

電 話：03-3351-1686 交通手段：丸ノ内線 新宿御苑駅 徒歩3分

◎すみれ歯科築地新富町駅前クリニック 診療日：月～土

住 所：中央区築地2-4-10 SAテンハウス3F

電 話：03-3248-4618 交通手段：日比谷線築地駅徒歩3分 有楽町線新富町駅 徒歩2分

◎すみれ歯科小岩メディカルセンタークリニック 診療日：月～土

住 所：江戸川区北小岩6-15-5 小岩メディカルセンター5F

電 話：03-5622-7686 交通手段：京成本線 京成小岩駅 徒歩1分

◎すみれ歯科日本橋クリニック

住 所：中央区日本橋室町1-11-8 神茂ビル2F 診療日：月～金/土

電 話：03-5542-1686 交通手段：銀座線・半蔵門線 三越前駅 徒歩5分

Web 登録で簡単予約できます！ <http://www.sumireshika-nihombashi.com/>

タバコがお口に与える影響



5月31日は世界禁煙デーです。世界保健機関（WHO）や厚生労働省が、たばこを吸わないことが一般的な社会習慣となることを目指し、様々なたばこ対策を推進しています。

タバコの煙には、200種類以上の有害物質、50種類以上の発がん性物質が含まれており、肺がんや食道がん、胃がんの他にも、全身に様々な悪影響を及ぼします。今回はお口の中に及ぼす影響をご紹介します。あなたもこの機会に、たばこや禁煙について考えてみませんか？

★タバコとむし歯

たばこを吸うとタバコの煙に含まれるタールが歯に付着し、歯垢（プラーク）が沈着しやすくなります。さらに、ニコチンの作用で血管が収縮するため、唾液の分泌が悪くなり、お口の中の自浄作用が弱まり、むし歯菌が活発になります。このため、虫歯になりやすくなるのです。

★タバコと歯周病

タバコを吸うと歯に汚れが付きやすくなり、また唾液の自浄作用も弱まるため、歯周菌が活発に活動しやすくなります。また、ニコチンの作用で血管が収縮し、出血しにくくなるので歯周病に気づきにくく、重症化しやすくなります。気づいたときは既に手遅れということが多くなります。

★タバコと歯茎の着色

たばこに含まれるニコチンやタール等の有害物質から歯肉を守るため、メラニンが作られ、歯茎が黒くなると言われています。また、タールが歯肉に付着したり、血行が悪くなることも、歯肉の色に影響を及ぼします。

★タバコと口臭

ノンスモーカーにとっては、喫煙者の口臭は耐えられないほど臭いものです。タバコ臭の成分のうち、アンモニア、スカトールは糞尿の悪臭成分です。

★タバコとガン

タバコは口の中のがんの原因にもなります。舌がん、歯肉がん、頬粘膜がんなどの多くがタバコを吸っている人に発生します。内臓疾患ではないので見落とされやすく、ただのできものや口内炎だと考えて放置していると、身体中に転移してしまい、死に至る確率も高いとされています。

★恐ろしい受動喫煙

タバコの影響を受けるのは、タバコを吸っている本人だけではなくありません。WHOによると、毎年約600万人（6秒に1人）がタバコによって命を奪われており、そのうちの60万人（1分に1人）は受動喫煙による被害だとされています。



人が吸ったたばこの煙を吸い込み、その影響や被害を受けることを受動喫煙と言います。家族に喫煙者がいる子供は、歯茎が黒くなっていることがあります。また、喫煙者がいない子供に比べると、3歳までに虫歯になるリスクが最大約2倍になるという研究結果もあるほどです。



医療法人社団 正路会 すみれ歯科クリニック

