



意外と知らない歯科知識

感染症大国日本

新型コロナウイルスの蔓延から感染に対する意識が高くなってきております。実は先進国の中でも日本は他の感染症に対しても対策が十分ではないといえます。感染症や予防について赤木先生に話を聞きました。

この先生に聞きました!



赤木 啓院 院長
歯学博士。1984年赤木歯科開設。35年前からインプラント治療を行う。米インプラント学会アソシエイトフェロー、日本口腔インプラント学会認定専門医・指導医。歯科医師臨床研修指導医。再生医療認可施設。

感染者数の推移 免疫とビタミンD

少し前の記事になりませんが、2017年2月20日の新聞に日本の感染症の状況について特集されていました。感染症（HIV・梅毒・結核）は、特に先進国の中で、日本だけが増加しており、感染症対策の遅れが露呈しました。今回のコロナの件でもこの記事を見たら、さもありなんとい

う感がぬぐいきれませぬ。2017年6月にWHOに報告された論文にて気道感染症予防にはビタミンD濃度が大きく影響することが示唆されています。本紙の今年の4月号でもビタミンDの大切さはお伝えしましたが、ビタミンDは太陽の恵みがもたらすものです。ビタミンDは皮下で作られ、体内に蓄えられます。太陽光を浴びることがなく紫外線をカットし続けていると、体内のビタミンD量が不足し気力が落ち込んでしまいます。ビタミンDを蓄えることにより、うつ病の抑止にもなるとされています。さらに、免疫力が増強され、インフルエンザやノロなどの感染症への抵抗力が増します。ビタミンDはガラス越しの日光浴では生成されないといわれています。これからの季節は暑くなりますので、朝のウォーキングがおすすめです。朝日を浴びることで体内時計が良好に作動し、生活リズムが整います。睡眠の質と免疫力の関係もありますので、朝日を

免疫抵抗力が弱くなり感染しやすい体になってしまいます。上手に活用してはいかがでしょうか。

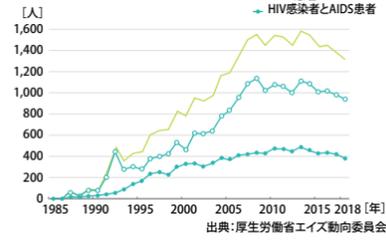
昔ながらの医学 予防の大切さ

世界で医学の基本は予防医学とされています。病気が予防。江戸時代のベストセラーに儒学者である貝原益軒という方が出版した「養生訓」という本があります。健康の増進を図ることや病気を予防することについて記されています。今こそ日本の昔からの知恵、医学の基本に返ることが大切なのではないでしょうか。予防の意識を高めて、感染症を防ぐ。病におかされない健康の基礎は食事です。次回は食事と歯の大切さについてお話しします。

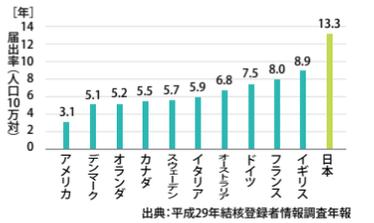
■梅毒の感染者数



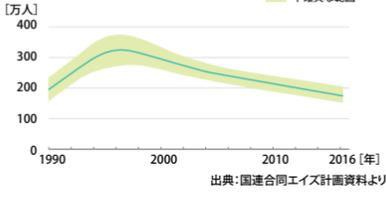
■日本のHIV新規感染者数



■結核の感染者数



■世界のHIV新規感染者数



「ウインターブルー」という言葉をご存じでしょうか。冬に気持ちが沈んだり必要以上に落ち込んだりする「冬うつ病」のことを指します。日照時間が短いと体内のビタミンD量が不足し気力が落ち込んでしまいます。ビタミンDを蓄えることにより、うつ病の抑止にもなるとされています。さらに、免疫力が増強され、インフルエンザやノロなどの感染症への抵抗力が増します。ビタミンDはガラス越しの日光浴では生成されないといわれています。これからの季節は暑くなりますので、朝のウォーキングがおすすめです。朝日を浴びることで体内時計が良好に作動し、生活リズムが整います。睡眠の質と免疫力の関係もありますので、朝日を

医療法人
貴志会
赤木 啓院

再生医療認可施設
高槻市高槻町 7-25

☎072-682-0190

<http://www.akagi-implant.com/>



COVID-19 感染 予防でマスクを着用して 口臭に気づく方が増え ました。口臭は生理的口 臭と歯周病や舌苔、口唇 の剥離粘膜、内科的疾 患による病的口臭があ ります。唾液は口臭と関 係が深く唾液の質、量と フローが大切です。唾液 の減少は歯周病菌など 嫌気性菌の活動が活発

口臭検査 コロナウイルス対策

口臭、唾液、細菌検査を受けて健康チェックを アフターコロナは免疫力のUPが大事

朝倉 勉 院長 歯学博士
日本糖尿病協会歯科医師登録医
大阪大学歯学部歯科医師
臨床研修指導医

【歯科セカンドオピニオン外来】
口臭、歯周病、咬み合わせ、入れ歯、訪問
診療、矯正診療、インプラント、CT画像診
断、審美歯科、ホワイトニング、金属アレルギーなどはお気軽にご相談ください。
歯の悩み相談は春日丘本院で院長
が行っております。

☎0120-468-321
HP:<http://asakura-dental.com>

朝倉 歯科医院/本院
かかりつけ歯科機能
強化型診療所
大阪大学歯学部臨床研修施設
TEL.072-625-2001
茨木市南春日丘1-1-19
朝倉デンタルビル 春日丘交番隣り
(医)朝倉クリニック歯科(分院)
一般 矯正 小児 障がい者 歯科
TEL.072-626-2006
茨木市駅前4-3-26
朝倉メディカルビル 養精中隣り

春日丘本院は
万博公園東口エキスポロード沿い、
JR茨木駅から徒歩で5分

From CityLife 人物取材、長文記事が得意な フリーランス・ライター募集

弊紙CityLifeで活躍してくれるフリーランスのスタッフを募集します。最近では情報紙CityLife以外にもWEB企画に力を入れています。WEBでは紙媒体以上に深掘りした情報を発信するので、文章力・取材力が求められます。特に、人物取材や長文を的確にまとめることが得意なライターを募集しています。ほかにも教育、子育て、医療、介護、住宅など専門性の高いライティングができる方も募集中です。まずは採用フォームからお申し込みください。

[取材エリア] 大阪北摂エリア(高槻・茨木・摂津・吹田・豊中・箕面)など
[応募資格] 高卒以上20歳~40歳位まで。
[募集職種] 募集職種の経験が3年以上ある方
ライター・カメラマン・イラストレーター
[応募方法] シティライフweb採用応募フォームから応募してください。
<http://company.citylife-new.com/c238.html>

主な制作物

情報紙City Life
(毎月30日発行)
北摂EAST版
北摂WEST版

LIFEPLUS
(ライフプラス)季刊
住まいづくりの
ヒントが詰まった
専門誌

City Life News Web
地域情報紙
[City Life]が
発信する地域密着の
ニュースサイト

この街の未来をひらく

この街の未来をひらく
北おおさか信用金庫

北おおさか信用金庫 検索

お取引のない方もお気軽にご相談ください

シネマ情報

CityLifeシネマ担当(デコジュン&nanako)が
選んだおすすめ作品をご紹介します。

鬼手(キシュ) 8/7(金)公開 シネマート心齋橋 他順次公開 推薦者:デコジュン

天涯孤独の少年グイスは姉を死に追いやった最強棋士への復讐を果たすため、過酷な修行によって精神と肉体を極限まで鍛え上げ孤高の棋士になる。囲碁の「静」と格闘アクションの「動」を融合した仁義なき復讐バイオレンス・ノワール。身も心も痛いほど痺れる衝撃作の誕生。

監督:リ・ゴン
出演:クワン・サンウ、キム・ヒウォン、キム・ソンギョン、ホ・ソンテ

ぶあいそな手紙 7/31(金)公開 シネ・リーブル梅田ほか 推薦者:nanako

ブラジル南部の街に一人暮らし78歳のエルネスト。ウルグアイから来て46年になる。頑固で、息子とも折り合いが悪い。ある日、目の悪い彼の元に一通の手紙が届く。偶然、出会った若い娘ピアに手紙の読み書きを頼んだことで、彼の人生に変化が訪れる。そして最後に書く手紙は…美しいメロディが彩りを添える。

監督:アナ・ルイーザ・アゼヴェード
出演:ホルヘ・ボラーニ、ガブリエラ・ポエステル

※PG12...小学生には助言・指導が必要となっております。 ※R15+...15歳以上の方がご覧になれます。
※R18+...18歳以上の方がご覧になれます。