



2018年 6月21号

ふるさと

グループホームあじさい園

歯周病の予防と治療が必要な理由（わけ）

歯周病というと歯ぐきの病気と思われがちですが、実は全身の健康に深く関わっています。

歯周病の原因菌は歯周病菌で、歯ぐきのすき間からさらに血管に入りこんだ歯周病菌を退治しようと、正義の味方である白血球が助けに来てくれます。そのがんばる白血球を応援するため、仲間の白血球からがんばりを支える物質、炎症性サイトカインという物質が出ます。つまり懸命に働く白血球から「汗（炎症性サイトカイン）」が出ます。残念ながらその汗は、血液の中でインスリンの働きを弱める悪玉をします。

さて、インスリンは血液中の余分な糖を身体の細胞にとりこむ働きをします。（細胞にとりこむ糖は、ごはんでありエネルギー源です。）インスリンの働きが弱まり、細胞が糖をとりこまなくなると、血中に糖があふれ余分な糖が尿に出ます。つまり糖尿病です。歯周病があると糖尿病が悪化したり、歯周病治療で糖尿病が改善する理由がここにあります。

閉経後の女性はエストロゲンが減少し、骨粗しょう症になりやすしいことは、皆さまご存知のことですが、同時に歯を支える歯の周りの骨である歯槽骨ももろくなり、歯周病になりやすくなります。

歯周病菌が血中でつくり出す沈着物が血管をつまらせることによりおこる狭心症、心筋梗塞、その沈着物が脳でつまると脳梗塞になることもわかっています。

さらには、メタボリックシンドローム、認知症、うつ、統合失調症との因果関係もあるとのことなのです。

歯周病は、自覚症状のない場合も多く、要介護、認知症高齢者の方であれば痛みを訴えることもなかなかできません。

歯周病の全身への影響を考え、若いときから歯周病の検診や治療を定期的に行われることをおすすめします。



子供の日 5月5日

子供の頃を懐かしんで思い出して頂こうと新聞紙で「兜」を作りました。すごく気に入られ、ちまきを刀代わりにし得意満面でポーズされてました。歌や紙芝居であったという間に楽しい時間



6月の行事予定

5日（火）歓迎会

17日（日）昼食会

19日（水）訪問理美容

※塩田医師の定期往診もあります。

いつもご協力ありがとうございます。

あじさい園のホームページもご覧ください。



母の日 5月13日

朝から絹さや・かにかま・薄焼き玉子など利用者様にも切って頂きました。作業中は「昔はようやったわ〜」「なつかしいな〜」と話も尽きず、賑やかに盛り付けも手伝って頂きました。女性の方に一人づつ「母の日カード」をお渡しすると、少し照れながら嬉しそうにされていました。



お誕生日会 5月23日



ほほえみの寺田こよし様（95歳）・中西折子様（90歳）・辻あいの様（87歳）のお誕生日会をふるさと合同で開催しました。クリームを塗ったりデコレーションをしてもらったのですが、盛り過ぎてカット時、崩れてしまうハプニングもありましたが皆で大笑いの中、美味しく頂きました。