

# 歯っぴータイムズ 2025年3月号



いりさ歯科医院 Tel: 096-223-7360

住所: 熊本市北区八景水谷1-24-24 診療時間 9:00~13:00 14:30~18:00



## 今月のクイズの景品コーナー

今月のプレゼントは  
むし歯にならないお菓子



今回は喫煙の話。日本歯周病学会は学会会員および専門医は禁煙するのが望ましい(半強制...)というところもあり、昨年発行された論文では一般成人喫煙率16.7%に対して2.7%、まあまああの成績ですが歯周病のリスクが非喫煙者の2.10倍と考えるとゼロになってほしかったです。

私も元喫煙者でしたが、開業&歯周病専門医を目指すにあたり禁煙することになりました。最初の一年ほどはタバコを吸う夢を見たりしていましたが無事に禁煙できました。その後はタバコの煙の臭いが嫌にならなくなってしまいました。最近では自転車に乗りながらでもタバコの煙の臭いが分かり避けてしまうほどです。

2018年7月からは、健康増進法の一部改正により歯科医院の敷地内も禁煙となりました、患者さんの最も身近な場所です。治療は、患者さんの最も身近な場所で行っています。そう考えると3次喫煙による健康被害を恐れるようになりまし。沢山ある歯科医院の中から当院を選ん健康大切なスタッフ&周りの患者さんの健康のために、喫煙者の皆様は御理解と御協力をお願いいたします。

白衣を脱いだ私の独り言

## 患者さんが知らない歯の話

## 三次喫煙 (サードハンドスモーク)

喫煙者が自分でタバコの煙を吸うことを「一次喫煙」と呼び、本人は喫煙しなくても身の周りのタバコの煙を吸わされてしまうことを「受動喫煙」(パッシブスモキング)、または「二次喫煙」(セカンドハンドスモーク)とも呼びます。さらに、喫煙も煙もその場にはない状態だが、以前にそこで喫煙や流れてきたタバコの煙があり、臭いや煙の成分が、壁や床、カーテン、衣類などに付着し残り、そこから揮発した臭いや成分を吸入してしまうことを、「三次喫煙」(サードハンドスモーク)と呼びます。言ってみれば、「間接受動喫煙」といえるものです。

具体的な場面を挙げて解説すると、次のようなものことです。・喫煙者が吐いた息・喫煙者の服・喫煙者の髪の毛・喫煙者の手指・喫煙した部屋の壁紙やカーテン これらには、たばこの火が消えていたとしても、有害な成分が残留することが知られています。この残留している有害な成分を吸い込んでしまうのが、サードハンドスモークです。とくに、床や壁に付着した有害物質が、ハイハイをする幼児の手に付着しそれをそのまま口に運ぶことの危険性が指摘されていますので、乳児や子供、妊婦さんのいる家庭では特に注意が必要です。

歯科医院スタッフ達は三次喫煙被害を受けやすい環境で仕事しております。「口腔外バキューム」等の設置など対策もしておりますが、スタッフの健康のために、極度の喫煙者は当日の診療をお断りさせていただきます。また、診療前の喫煙も控えていただけたらスタッフが喜びます。

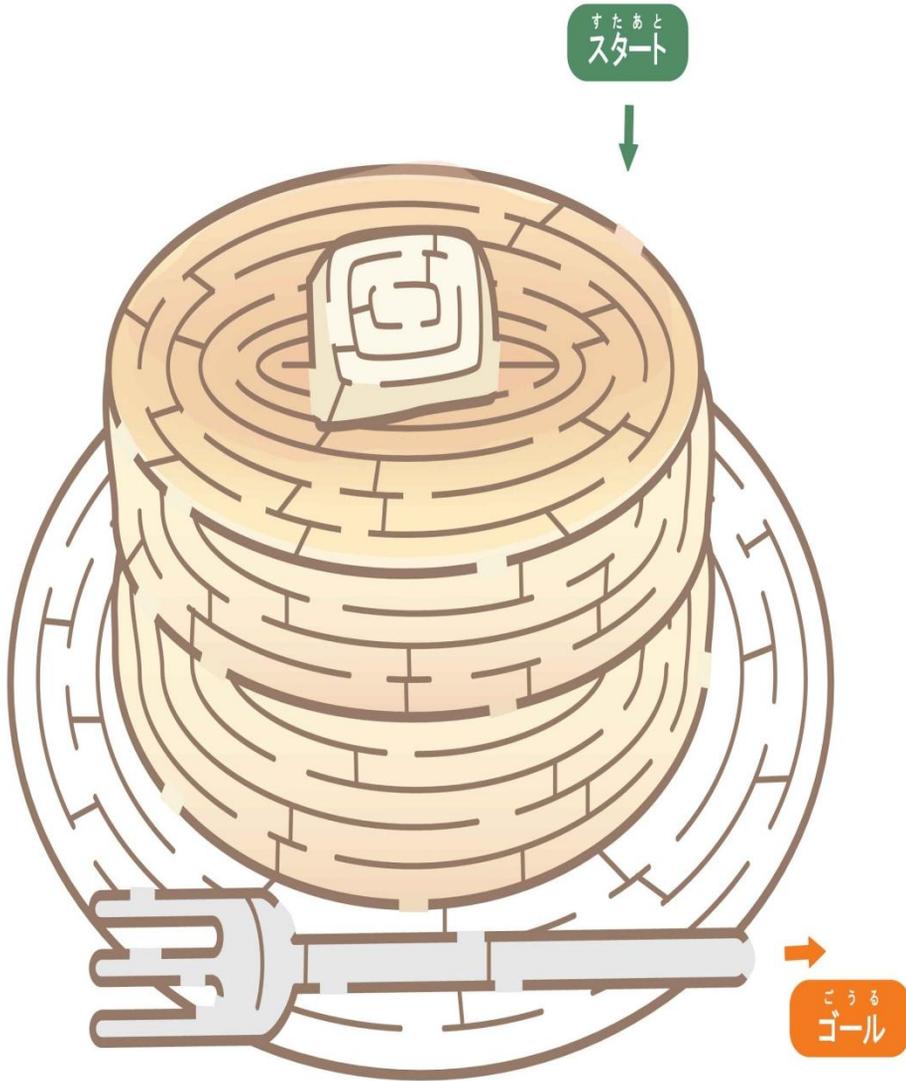
# Instagram

Follow me



歯に関する知識や  
お得な情報発信中♪





ご家族やご友人と一緒に挑戦してみてくださいね！  
 FAXをお持ちの方はこのページをそのまま送信してください。  
 正解者には抽選で3名様に、院長の学会・勉強会土産をプレゼントしています。  
 ※景品の詳細は表ページ左上の欄に掲載しております。

お名前  
 ご住所

## 花粉

春と言えば過ごしやすく暖かい時期、と言いたいところですが、私にとっては花粉に苦しめられる憎い時期でもあります。(笑)

今年の飛散量は昨年の数倍、なんて言葉も、もはやお馴染みになってきましたね。高校生の時にいきなり発症した時は症状が酷く、慌てて耳鼻科に駆け込んだ記憶があります。それからはピークに備えて薬を飲むようになったので、花粉症ともだいぶ付き合い慣れたかなと思います。せっかくの過ごしやすい季節なので、お出掛けもしたい！お花見にも行きたい！と春を満喫する気満々ですが、それでもやっぱりつらい時期、何かいい対策法があればぜひ教えてください！

歯科衛生士 ○

FAX番号はこちら  
 →

当選者おめでとう

☆  
 ☆  
 ☆

3

MARCH 2025  
平成37年・令和7年

月	火	水	木	金	土	日
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

緑：半日診療 赤：休診日

## 編集後記

今月号の編集を担当いたしました受付のUです。日中は日差しが暖かく、春が近づいているのを感じます。いりさ歯科医院の待合室増築工事も着々と進み、3月中には完成する予定です。ありがとうございます。多くの患者様にご来院いただいたおかげですが、一方でお待ちいただいている椅子やスペースが足りないという問題がありました。またベビーカーや車椅子の方にとって、外ドアが手動で大変とも改装することになりました。完成後は今よりも広くなりますのでキッズスペースも設ける予定です。皆様にご快適にお過ごしただけだと思おうと、私も今から完成が楽しみです。