

胃痛・胸やけ／肩の痛み／発達障害／シニアの歯科受診／がん検診／肺炎球菌／狭心症の薬

NHKテキスト

きょうの健康

特集

胃

のトラブル

11

2018

胃食道逆流症・胃潰瘍 など

中高年も高齢者も！ 世代別

肩の痛み

五十肩・腱板断裂ほか

子どもの発達障害

【放送連動テキスト企画】

正しく知ろう

大人の発達障害

シニアの歯科受診

【テキスト企画】

がん検診

肺炎球菌ワクチン

狭心症の薬



11月5日～11月29日

Eテレ 月～土午後8時30分～8時45分

再放送(翌週)

Eテレ 月～土午後1時35分～1時50分

インタビュー[高木ブーさん] 歩いてみたい[富山]

2018年10月21日発行発売毎月一回21日発行発売地11月号 通巻668号

歯科・矯正歯科

漢方

手足が冷えて
しもやけになります

Q 以前より冬になると足の指にしもやけができてきましたが、ビタミンEの内服で比較的軽症で済んでいました。しかし、3年ほど前より特に右の手足の指が冷たくなり、中指と薬指がしもやけになります。血行が悪いのかと思いますが、どんな対策をすればよいですか。
●64歳・女性



A 冷えとしもやけのご相談ですが、漢方では、冷えは「冷え症」と呼び、治療の対象と考えてきました。冷え症は病気の結果として現れることがある一方、冷え症が病気を引き起こす、あるいは症状を悪化させることもあります。その意味において、看過できない症状といえます。
まずは、冷え症を来す病気がないかどうかの検査が必要です。例えば全身性エリテ

歯肉に埋まっている
歯を抜く手術を
勧められました

Q 歯周病で歯科医院を受診したら、口腔外科を受診するように言われ、受診先の大学病院で上の前歯1本とその奥に埋まっている歯2本を抜く手術を勧められました。現在、上の前歯を触ると少し動く感じがします。動いている歯だけ抜けばいいのではないかと思います。全身麻酔をしてまで埋まっている歯を抜かなければならないのでしょうか。このまま様子をみたらどうなるのでしょうか。なお、20数年前より、親知らずのように埋まっている歯があることは知っていました。
●77歳・女性



A 正常に生えてこないで歯肉や歯槽骨（あごの骨）に埋まっている状態にある歯を「埋伏歯」といいます。乳歯がいつまでも残っている場合や、顔やあごのけが、骨との癒着、歯牙腫の存在などの局所的な要因、ビタミンD欠乏症などの

マトーデス（SLE）、強皮症、高安静脈炎などの膠原病や甲状腺機能低下症などがある場合には、それらの病気を治すことが優先されます。一方、冷え症が関節リウマチや椎間板ヘルニアなどの疼痛を悪化させることもあります。

まずは冷えの原因として膠原病や甲状腺などの異常がないことを内科で確認してください。また、冷えの程度の左右差が顕著であれば、血管外科で血管の閉塞や狭窄がないか調べる必要があります。その上で、冷え症に対してはそのタイプにより漢方薬を使い分けます。

◆加齢とともに全身の新陳代謝が落ちて冷え症が悪化した場合

加齢とともに筋肉の量が減少してくると、筋肉で産生する熱量も減ってくるため、体全体が冷えてきます。この場合、胃腸が虚弱な方には「人参湯」や「真武湯」、胃腸が丈夫な場合には「八味地黄丸」や「牛車腎気丸」などを用います。

◆血流障害を伴う場合

筋肉で産生された熱は血液によって運ばれます。血流が悪いと熱が十分に運ばれなくなるので手足が冷えます。女性で月経困

全身的な要因、いくつかの先天異常に伴う遺伝的な要因などが埋伏歯の原因となるといわれています。

一般的には、生えてくるスペースの不足や生えてくる方向が悪いことなどの理由から、第三大臼歯（親知らず）は高い頻度で埋伏歯となることが知られています。また、上あごの犬歯も埋伏することが多いのですが、乳歯の犬歯が抜けずに残っている場合は、埋伏していることに気付かない場合もあります。一方、あるべき歯の数よりも多い埋伏歯は「埋伏過剰歯」と呼ばれます。上あごの正中（真ん中）に起こりやすく、これを「正中埋伏過剰歯」といいます。何らかの理由ですでに歯を失っている場合は、埋伏歯であるか、埋伏過剰歯であるかが判断としないこともあります。

ご質問者の場合は、上の前歯の奥に2本の埋伏過剰歯があると思われれます。上の前歯を触ると少し動く感じがすることですが、正常な状態でも歯は少し動くものです。また、埋伏過剰歯の存在は20数年前からご存じだったようなので、状況はあまり変化していないように思われます。

大学病院で上の前歯1本に加えて2本の

難症を伴い、目の下にくまができるような場合は「桂枝茯苓丸」、立ちくらみやむくみを伴う場合は「当归芍薬散」などを用います。しもやけができる場合は「当归四逆加呉茱萸生姜湯」がよいでしょう。

◆気分の変調が見られる場合

気分が沈んでくると冷えを強く感じる場合があります。この場合は「加味逍遙散」「半夏厚朴湯」「香蘇散」などを用います。

ご質問者の場合は冷えとしもやけがあるので、当帰四逆加呉茱萸生姜湯を試してみるところよいと思います。同時に食事では冷たいものやなま物を避け、根菜類などを温めるものを調理してとることを心がけてください。しもやけの部位には「紫雲膏」という漢方の塗り薬も有効です。これで改善しない場合には漢方に詳しい医師に相談して、漢方薬を選んでもらうとよいでしょう。



わたなべ けんじ
1984年慶應義塾大学医学部卒業。専門は漢方全般、内科

渡辺賢治

慶應義塾大学 教授

埋伏過剰歯を抜く手術を勧められたとのことですが、長期にわたって埋伏している歯はあごの骨と癒着していることもあり、その場合の抜歯は一般的に全身麻酔による大がかりな手術になり、傷口も大きくなります。また、抜歯後の上の前歯の隙間をどう補うかという問題も出てきます。手術を受ける場合は、抜歯のリスタや抜歯後の歯並び・かみ合わせの回復の方法について、担当医とよく話し合うことが大事だと思います。また、例えば1年後に再度レントゲン写真を取ってみて埋伏歯の状態に変化がみられず、かつ、上の前歯の動き具合にも変化がみられない場合は、経過観察という選択肢もあると考えます。いずれにしても、正確な診断のもとに経過観察も含めて適切な治療を受けることが重要です。



小野卓史

東京医科歯科大学 大学院教授

おの たかし
1987年東京医科歯科大学歯学部卒業。専門は矯正歯科

* 歯の“芽”となる部分（歯胚）の形成異常によって起こる組織の形態異常。