

お正月ならではの事故に気を付けてください！

お正月ならではのものに「お雑煮」がありますよね。

お雑煮は、年神様に供えた餅などの食物を、煮て食べたことに由来すると言われてい
ます。文字通り、いろいろな材料を一緒に煮たのですが、江戸時代以降、現在の
ような餅を主材料にしたものになったそうです。

元日から3日にかけて祝いの膳にお雑煮を添えますが、「食い上げる」といって毎日
1個ずつ餅の数を増やすと縁起がいいと伝えられています。

関東や関西でも餅の形や味付けが違いますね！



そして毎年必ずといっていいくらいあるのが「餅が喉に詰まってしまった」という
ニュース。ほんの一瞬の出来事なのに命に関わる危険にさらされてしまうのです。

高齢者の方が利用される施設でも毎年この件については、餅を食べないと一年が
始まらない！という利用者の方のお気持ちと、喉に詰まらせてしまうリスクの間に
挟まれて頭を抱えているようです。

工夫方法の例として、餅の大きさに気をつける・白玉粉を使うなどするそうです。

もしも万が一喉に詰まらせてしまった場合の対処法を把握するのも

大事だと思うのでご紹介します。

1. まずは「喉が詰まったの？」と尋ねた際に正常にこえを出すことができず
うなずいたりするのが精一杯の状態であれば「窒息」と判断し、速やかに
救急車を呼びます。咳をするのが可能であればできるだけ続けさせます。

2. 意識がある場合

ハイムリック法（腹部突き上げ法）

- 01 対象者を立たせる、または座らせた状態にし、背後から両脇から腕を
通し抱きかかえます。このとき、対象者と体を密着させます。
- 02 背後から抱えた状態で、片手で対象者のへその位置を確認し、もう一方
の手で握りこぶしを作り、親指側を上腹部（へそより上、みぞおちより十分
に下方）に当てます。
- 03 へその位置を確認した手で握りこぶしを作り、手前上方に向かって素早く
突き上げます。



何度かためしても効果がない場合は背部叩打法に切り替えます。

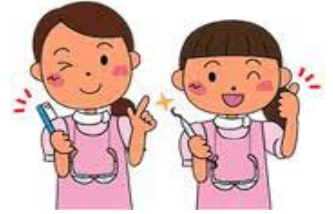
背部叩打法

- 01 救護する人はひざまずき、対象者を自分の方に向け、横向けに寝かします。
- 02 手の付け根で、肩甲骨の間を力強く何度も連続して叩きます。



歯科衛生士さんだより

やっぱり治療が大切ですね！！☺



最近ちょっと歯が痛いな(-_-;)歯磨きをしていたら歯肉から血が出た(+o+)物を咬むと違和感がある・・・。

歯医者に行った方がいいかなあ～。でも忙しいし、痛み止めの薬でも飲んでおこう！薬が効いたらもう大丈夫(^_^)b

こんな経験、繰り返していませんか？痛み止めを飲めばもちろん痛みは感じなくなりますよね。ただ、当たり前ですが痛みが落ち着いている間にも虫歯菌や歯周病菌は歯や歯肉、歯を支えている骨を侵しています。最終的には薬では痛みが治まらなくなり歯医者に飛び込んで行く・・・。私はそんな患者さんをたくさん見てきました。

痛い思いは嫌ですよ。しかし、極度に虫歯や歯周病が進行してくると歯や歯の周りの組織が炎症を起こしていて麻酔が効きにくく、すぐに治療を行うことができません。

その時はまず、炎症を抑えてからの治療になります。今月で今年も終わりますね。

年末年始は予約が混み合いますので、痛みや違和感がある方はお早めに予約を取って治療を受けてください！

正露丸を虫歯の穴に詰める！？

正露丸といえば、お腹が痛い時に飲む薬というイメージはありませんか？

今では見かけることはありませんが、民間療法の一つとして虫歯の穴に正露丸を詰めてどうにかやり過ごしていた・・・という話があります。

ではそれは本当に効果があるのでしょうか？

「30分くらいしたら、痛みがなくなった」という意見もあるようです。しかし大半は「舌がしびれた」「口の中が正露丸の味でいっぱいになってしまった」

「圧迫し過ぎて逆に痛みが増大した」・・・なんだか当たり前の話で悲しいです。

メーカー側も「虫歯痛の一時的な痛みをとりますが、治療効果はありません。一時的な痛みが治まってもなるべく早く歯科治療を受けてください」と言っています。

その時だけ痛みが取れても、やはり“根本的解決＝治療”が大事だとわかりますね。

適切な治療を受けて良い歯で新年を明るく迎えましょう！！



～・～・～・お知らせ・～・～・

12月30日(水)～1月4日(月)
年末年始の休診とさせていただきます。



小高歯科クリニック

03-3604-6222

www.kodaka-dc.com

月・水・金

火

土

昼休み

休診日

10:00～19:30

9:30～19:30

9:30～16:00

13:00～14:00

木・日・祝日