



5月、風薫る過ごしやすい季節です。しかも、長期休暇がとれ、年中で一番楽しみな季節ですね。さて、何気なく呼んでいる「ゴールデンウィーク」、皆さんはその由来をご存じですか？

元々は春の大型連休と呼ばれていました。1948年に「国民の祝日に関する法律」が公布・施行され、翌1949年の5月に初めて春の大型連休ができたのです。当時は、4月29日、5月3日、5日の飛び石でした。その後、5月4日が休日（みどりの日）になりました。企業では、5月1日はメーデーで仕事にならず、2日だけ出勤しても効率が上がりません。そのため、5月2日とその後の休日を振替えて休む企業が多くなったのです。今年は9連休という企業も多いと思います。

「ゴールデンウィーク」という呼び名は、1951年の春の連休に公開された映画が、お正月やお盆の興行よりもヒットしたため、さらに多くの人に映画を見てもらおうと、当時の映画制作会社が作ったキャンペーンの造語だそうです。テレビの視聴率が高くなる時間帯（19:00～22:00）を「ゴールデンタイム」といいますが、映画の「ゴールデンウィーク」とどちらが先なのでしょうね。ちなみにNHK（日本放送協会）ではこの名称を認めておらず今も「大型連休」と呼んでいるそうです。

ところで、歯が痛くなってしまうと、せっかくの旅行やお出かけが楽しめなくなってしまいます。お出かけの前には、早めに歯の治療や歯科検診にお越しくださいね。

ながさき歯科医院からのお知らせ



歯科検診を受けましょう！



ながさき歯科医院

電話 042-729-4182

訪問専用ダイヤル 0120-75-4182

診療科目 一般歯科、小児歯科、口腔外科、歯列矯正、審美歯科、インプラント、
予防歯科、訪問診療

お知らせ：4月より診療時間が下記になりました。

診察時間	月	火	水	木	金	土
午前	9:00 ～13:00	9:00 ～13:00	9:00 ～13:00	休診	9:00 ～13:00	9:00 ～13:00
午後	14:30 ～18:30	14:30 ～18:30	14:30 ～18:30	休診	14:30 ～18:30	14:30 ～16:30
休診日：日曜・祝日・木曜日						

タバコがお口に与える影響



5月31日は世界禁煙デーです。世界保健機関（WHO）や厚生労働省が、たばこを吸わないことが一般的な社会習慣となることを目指し、様々なたばこ対策を推進しています。

タバコの煙には、200種類以上の有害物質、50種類以上の発がん性物質が含まれており、肺がんや食道がん、胃がんの他にも、全身に様々な悪影響を及ぼします。今回はお口の中に及ぼす影響をご紹介します。あなたもこの機会に、たばこや禁煙について考えてみませんか？

★タバコとむし歯

たばこを吸うとタバコの煙に含まれるタールが歯に付着し、歯垢（プラーク）が沈着しやすくなります。さらに、ニコチンの作用で血管が収縮するため、唾液の分泌が悪くなり、お口の中の自浄作用が弱まり、むし歯菌が活発になります。このため、虫歯になりやすくなるのです。

★タバコと歯周病

タバコを吸うと歯に汚れが付きやすくなり、また唾液の自浄作用も弱まるため、歯周菌が活発に活動しやすくなります。また、ニコチンの作用で血管が収縮し、出血しにくくなるので歯周病に気づきにくく、重症化しやすくなります。気づいたときは既に手遅れということが多くなります。

★タバコと歯茎の着色

たばこに含まれるニコチンやタール等の有害物質から歯肉を守るため、メラニンが作られ、歯茎が黒くなると言われています。また、タールが歯肉に付着したり、血行が悪くなることも、歯肉の色に影響を及ぼします。

★タバコと口臭

ノンスマーカーにとっては、喫煙者の口臭は耐えられないほど臭いものです。タバコ臭の成分のうち、アンモニア、スカトールは糞尿の悪臭成分です。

★タバコとガン

タバコは口の中のがんの原因にもなります。舌がん、歯肉がん、頬粘膜がんなどの多くがタバコを吸っている人に発生します。内臓疾患ではないので見落とされやすく、ただのできものや口内炎だと考えて放置していると、身体中に転移してしまい、死に至る確率も高いとされています。

★恐ろしい受動喫煙

タバコの影響を受けるのは、タバコを吸っている本人だけではなくありません。WHOによると、毎年約600万人（6秒に1人）がタバコによって命を奪われており、そのうちの60万人（1分に1人）は受動喫煙による被害だとされています。



人が吸ったたばこの煙を吸い込み、その影響や被害を受けることを受動喫煙と言います。家族に喫煙者がいる子供は、歯茎が黒くなっていることがあります。また、喫煙者がいない子供に比べると、3歳までに虫歯になるリスクが最大約2倍になるという研究結果もあるほどです。



ながさき歯科医院

