出版ダイジェスト

社団法人 出版梓会　出版ダイジェスト　http://digest-pub.net
毎月3回（1日・11日・21日）発行　購読料1ヵ年＝送料共1,575円（税込）　郵便振替00190-3-95516
〒101-0052　東京都千代田区神田小川町3-28-13ラフィネお茶の水805　電話03-3292-2323　FAX03-3292-2325

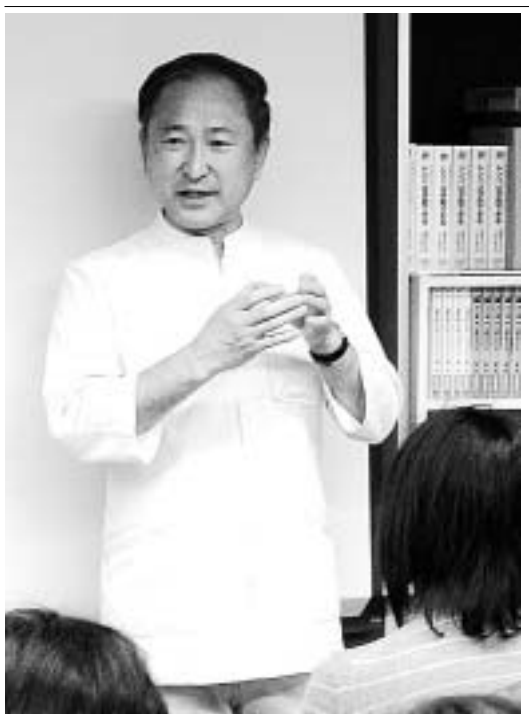
〈いのち〉を考える

春秋社・農文協二社連合特集版

「歯」から現代病が見えてくる

歯科医療の現場から

丸橋全人歯科院長　丸橋　賢



昔はなかった ムシバ、歯周病

歯科疾患としては、ムシバや歯周病、そして歯列不正、つまり歯並びが悪いことなどが、主なものとして知られていますが、これらの疾患はもともと人類にはほとんど見られなかったものです。たとえば縄文時代人の顎の骨などを調べますと、その痕跡は限りなくゼロに近いのです。

これらの疾患がライフスタイル、とくに食の変化とともに出てきた食事由来性疾患であるというのが、私の従来からの主張です。

事実、モンゴルの遊牧民やアフリカのマサイ族など、昔からの伝統的な食生活を維持している人々は、充分な歯磨きなどできる環境にないにもかかわらず、現在でもこれらの疾患にかかっている人は圧倒的に少ないのです。

とりわけ歯周病などは、現在でも主流を占めているプラーク（歯垢）に含まれる細菌が原因であるとする説に基づいて、いくら口腔内のみの治療をしたり、ブラッシングなどで清潔にしても、それだけで完治するものはわずかです。急激に現代化された食事や、その人の意識・価値観をも含めたライフスタイルを根本的に変えていくことによって、初めて完治できることに、多くの臨床例を通して私は気づきました。それが私の全人的なとらえ方の出発点だったのです。

咬合異常が多くの 現代病の原因

環境や人間のライフスタイル、価値観などが変わるのと並行して、ムシバや歯周病も昔とは比較にならないほど増えているわけですが、とくにごく最近にかぎって言いますと、その中で激増してきたのが歯列と咬み合わせの異常です。

八重歯はチャーミングなどと言われた時期もありましたが、最近はそんなのんきなことを言っていられる状況ではなく、歯列の乱れや咬み合わせが悪いことによって、頭痛・肩こり・腰痛をはじめ、数多くの全身の不快症状や苦痛、さらにひどい場合には、精神の異常まで引き起こすようになってきたのです。この異変は二十年くらい前から徐々に出てきて、十年くらい前からは程度の差こそあれ、ほとんどの人に見られるようになってきました。

その直接的な原因としては、第一に、幼いころから軟らかいものをあまり咀嚼せずに食べ続けた結果、顎の骨が充分に発達せずに歯の萌出するスペースが足りなくなったり、歯自体が萌出しきれなかったりということがあります。第二には、咬み合わせを考えない粗雑な歯科治療などが挙げられます。

これら咬み合わせの異変がどのようにして全身の不快症状をもたらすのか、そのメカニズムの詳細と不快症状の具体例については、拙著『〈全人歯科〉革命』に譲りますが、下顎部は、人間が重い頭を支えながらバランスをとって直立するためのかなめの役目を果たしており、咬合が狂って下顎部が偏位する（ズレる）とそのバランスが崩れて、そのままでは身体が倒れてしまいます。それを防ごうと身体が本能的に防御姿勢をとる結果、脊髄が歪み、血管や神経等の一部を圧迫し、全身の不快症状が出てくると考えられます。

若年層に深刻な退化病

この異変による自覚症状の出方には、もちろん個人差もありますが、それ以上に世代による差が認められます。

中高年の人々は、主に第二のずさんな歯科治療の結果、咬合を狂わされているケースがほとんどですが、概ね団塊の世代までの人々は、骨格・筋力ともに充分に発達している人が多いため、そういう人たちは多少肩がこる程度で済んでおり、全身にわたる不快症状が出ることは、むしろ少ないと言えます。

それに対し、第一の原因によるものを私は退化型と名づけています。十代、二十代の若年層に多く見られ、いわゆる今流行の小顔に象徴されるものです。こちらはより深刻で、重症の人の中には一人で立ち上がれない人もいるほどで、ついには精神に異常を来すこともあります。

現代の若年層の不登校やひきこもり、犯罪の増加などの問題は、教育以前にこの身体的退化に起因していると私は考えています。

歯科の無限の可能性

現在、原因不明の苦痛や不快症状に悩まされ、病院のあらゆる診療科を回っても、その原因を特定できず、せいぜい対症療法で軽減させるしかない人々が激増しています。これら現代に特有の症状のかなりのものは私の実践する全人的歯科治療により改善・完治できるようになりました。

歯科界全体の現状は、残念ながら、それとはほど遠いのも事実ですが、このように歯科を起点に全人的にとらえていくと、歯科は現代医療の一つの核になりうる無限の可能性を秘めていると言えるのです。

入場無料

食べて遊んで健やかに！「親と子のぐんま食育フェア」開催

9月12日(日)10時～16時半（予定）
会場・高崎サンパレス（高崎市栄町22―30）
主催・丸橋歯科「良い歯の会」、後援・農文協ほか、事務局・「親と子のぐんま食育フェア」事務局
群馬県高崎市栄町21番1号、電話027―323―9524 FAX027―322―3139

【体験型展示内容】（予定）
①現代病を防ぐ　世界の食・群馬の食
②ムシバ・噛み合わせ・身体・食の歪みを無料診断
③食材から楽しむ健やか食生活 特選食材展示即売、みそ汁カフェ（特製みそ汁、おにぎり、うどん）
④食べ比べ！味覚の食育
⑤健康スローライフ教室
⑥いっしょに遊ぼう！食農クラフト
⑦親と子の食育図書館
その他40展示

第一回ニッポン食育フェアより

甲子園 高校野球 人名事典　森岡浩編
名選手・監督・審判・解説者まで五三五人を収録。高校野球史を飾った二五二〇円

県別全国高校野球史　森岡浩編　大正四年以来八六年間の各県ごとの歴史と著名選手を解説二六二五円

日本銘菓事典　山本候充編著　全国各地の銘菓・郷土菓子一〇〇〇余を都道府県別に収め歴史・特長を解説三一五〇円

江戸を知る事典　加藤貴編　江戸を知るための必須事項117を収め当時の生活の様子を具体的に解説。二九四〇円

カラス狂騒曲　行動と生態の不思議　今泉忠明著　カラスの行動と生態の謎を動物学者が解き明かす。一七八五円 価格税込

東京堂出版
東京神田神保町1-17☎03-3233-3741

東京書籍
〈http://www.tokyo-shoseki.co.jp〉

緑・花文化の知識認定試験 公式全問題集 H16年度版　（財）公園緑地管理財団　定価1995円
「緑花試験」は趣味と実益の注目の認定試験。本書では最新ガイドと過去問題、受験者の声、出題植物一覧を収録。植物や園芸の知識を試して緑花文化士になろう。

塩とニガリがよくわかる本 …健康は海から　玉井恵・著　定価1995円
自然海塩の旨さの秘密、成分・種類・安全性など「ニガリの科学」、医師も薬剤師も実感したニガリのパワー、全国72か所の製塩所とその製品紹介まですべてを網羅

東京都北区堀船2-17-1〒114-8524
TEL 03-5390-7531
FAX 03-5390-7538（定価税込）

歯・口からひろがる 健康学習一年間　佳田実著
「みんなの歯を二〇七〇年に残そう」という目標を掲げた児童たちの一年間の学習を通し、歯の健康を考えたワンポイントを写真・図解入りで詳しく紹介している。定価2310円

「命の大切さ」を実感する心の教育　高橋史朗 筑水高校 編著 / 福岡県立久留米 監修
いのちについて考えるためににわとりを飼育し、解体する授業を行う。青少年の倫理観を養い、感謝する心や礼節を知る教育の貴重な試み。定価1680円

月刊　生徒指導7月号
いま求められる「食育」
「食に関する指導」の推進につくって／「食育」の指導体制づくり／子どもの「食」が危ない！
定価800円

学事出版 定価税込
東京都千代田区外神田2-2-3
☎03(3255)5471 FAX03(3255)8854
http://www.gakuji.co.jp

草思社

健康のもと、いのちのもとの梅のはなし

宿福（しゅくふく）の梅ばなし　乗松祥子　定価1575円（税込）

主な内容
・百年前の梅干し
・三日三晩の天日干し
・梅干しと梅漬けは別物
・天下の料理人・辻嘉一に褒められた梅干し
・クエン酸濃度の高い「杉田梅」
・塩とクエン酸、五つの効用
・究極の梅のちから、梅肉エキス
・私の梅仕事ごよみ

〒151-0051 東京都渋谷区千駄ヶ谷2-33-8
☎03(3470)6565 http://www.soshisha.com/

NHKのTV番組「クローズアップ現代！」で紹介！
人はなぜ治るのか　アンドルー・ウィル著　上野圭一訳　2450円
★現代医学と代替医学にみる治癒と健康のメカニズム

日本咀嚼学会編　噛むことの重要性と健康について26人の専門家が平易に解説。
噛む効用　★咀嚼のサイエンス　1400円

H・ブローディ著　伊藤はるみ訳
プラシーボの治癒力　★心がつくる体内万能薬　2500円
なぜニセの薬で治るのか？ そのメカニズムを明かし、治癒力の発揮法を示す。

日本教文社〈価格は税込〉
東京・港・赤坂9-6　☎03-3401-9111
http://www.kyobunsha.co.jp/