

【当院では新しい再生医療がスタートしました！】

脂肪由来幹細胞治療

皮下脂肪組織から採取した幹細胞を利用した治療法です。抗炎症作用と組織修復作用効果があるとされており、多くの可能性を秘めた治療法です。

今週の **花** 言葉



◇ パニカム	素直
◇ ピンクッション	陽気
◇ なでしこ	純愛

松田院長からあなたへ 耳より情報

■平均寿命と健康寿命の差は約 10 年！！

厚生労働省が発表した 2016 年の調査結果によると男性が平均寿命 80.98 年、健康寿命 72.14 年、女性が平均寿命 87.14 年、健康寿命 74.79 年というデータでした。その差は男性 8.84 年、女性が 12.34 年で男女とも 10 年前後体が不自由さを抱えたり、寝たきりになったりという生活を送っています。ではその原因はどこにあるのでしょうか。

■健康寿命の延伸を阻害する運動器疾患（特にひざ関節は大切！）

介護が必要（要介護・要支援状態）となった原因では、2016 年以降認知症が第 1 位で 18%ですが、第 4 位の骨折・転倒（12.1%）、第 5 位の関節疾患（10.2%）という 2 つの運動器の障害の割合の合計は 22.3%となり、第 1 位の認知症を上回っています。要支援の原因ではさらに顕著で運動器疾患が 40%以上（関節疾患 20%、骨折・転倒 11.4%）を占めています。つまり、**運動器の障害が健康寿命の延伸を阻害する要因として重要**であり、中でも関節疾患の主要が原因である「**ひざ関節**」は**とても大切**だとわかります。

■40 代から始まる運動器疾患

運動器疾患の大規模疫学調査によれば、運動器疾患の病的な変化は **40 代からすでに始まり、50 代以降に顕在化し加齢とともに増加**すると言われています。そしてこの運動器疾患が将来的に要介護状態を来す大きな要因となるわけです。

★院長よりメッセージ

運動器が健康で、“動ける”からだを維持することは「**生活の質**」を**高める**うえでもとても大切だと考えています。そのためには、**自分の身体を知ることが重要**になってきます。当院では、健康寿命の延伸に大切な膝疾患の早期発見、予防のために「**ひざドック**」という名称で体制を整備してスタッフ一丸となって取り組んでいます。MRI による精密検査と理学療法士による身体機能チェックを組み合わせた**ひざの総合診断**です。ひざの状態チェックに是非ご活用ください。一緒に健康寿命の延伸に取り組みましょう♪

生活習慣病と歯周病の関係について

リハビリテーション科 吉原

こんにちは 私は先日三か月ごとに検診と歯のお掃除に通っているのですが
そちらの歯科医院の待合室モニターで
歯周病と生活習慣病に関係するお知らせが流れていました。
当院でも生活習慣病外来があり興味を持ったので調べてみました。
歯周病と関係のある生活習慣病



糖尿病 虚血性心疾患(狭心症・心筋梗塞) 脳梗塞 肥満
などがありました。

糖尿病

歯周病は糖尿病の合併症の一つと言われ来ましたが最近では歯周病になると
糖尿病の症状が悪化する関係が明らかになっています。

歯周病が引き起こす細菌が歯周組織から血管に入り込むと血液中にサイトカインの一種の
「TNF- α 」と呼ばれる物質が放出され この物質は血糖値を下げるホルモン「インスリン」の
働きを妨げる作用があり また歯周組織の炎症によって生じた物質C反応性タンパクは
ブドウ糖の代謝障害を起こします。その結果糖尿病が悪化すると考えられています。

虚血性心疾患(狭心症・心筋梗塞)

1997年アメリカの疫病調査で歯周病罹患者は健常者に比べて2.7倍の高い頻度で
心臓発作を起こしていることがわかりました。歯周病菌が心臓冠動脈の内皮細胞の付着し
起こった炎症の刺激によって発生したサイトカインが血小板の凝集を誘導し血栓形成に関与
していることがあります。

気になる2つの疾患について書かせていただきましたが

他にも 骨粗鬆症・メタボリックシンドローム・腎臓疾患・関節炎・誤嚥性肺炎にも
関係があるそうです。

当院にも整形委外科ならでの検診がたくさんありますが歯医者さんの検診もそうですが
痛くなる前の検診に行ってみてはいいかかでしょうか★