

受けよう！定期検診



健康な歯は長生きの秘けつ

成人では、40歳以上から徐々に歯が失われ、その原因の42%が歯周病であるといわれています。歯や口の中の問題は、食べる楽しみを失うだけでなく、「生活習慣病」「高齢期の認知症」など、生涯にわたって健康に大きな影響を及ぼします。いつまでも自分の歯で食べ、楽しい会話をするためにも歯の検診を受けましょう。

歯周疾患検診

- 対象者** 町内に住所があり、年度内年齢が40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、65歳、70歳の人
実施期間 平成30年9月1日～平成31年3月31日（日）
実施場所 おか歯科医院（根雨、電話77-0114） / 安藤歯科医院（黒坂、電話74-0300）
費用 500円 ※事前に予約が必要です。
必要な物 健康保険証、歯周疾患検診受診券（対象者へ送付済み）
健診内容 問診・歯周病やむし歯の検査、結果説明と歯科相談、歯磨き指導



上記対象者にはさらに、口腔がん検診も

口腔がんとは、口の中にできる悪性腫瘍であり、あまり知られてはいませんが、がん全体の約1～3%を占め、日本では毎年約3,000人が口腔がんによって命を落としています。

初期の口腔がんは、口内炎と間違われることが多く、なかなか治らない口内炎も注意が必要です。

検診方法は、最新の口腔がん検診キットで口に光をあてるだけ。口の中のキズや腫れ・痛み・口内炎が治りにくいなど、症状に心当たりのある人は、一度検査してみませんか。



《口腔がん検診》

費用 500円 / **実施場所** おか歯科医院（根雨、電話77-0114）

後期高齢者医療歯科健康診査

鳥取県後期高齢者医療広域連合では、歯・歯肉の状態や口腔清掃状態などをチェックする歯科健康診査を行っています。歯科健診では、「歯」だけでなく、誤嚥性肺炎などの疾病予防のため「口腔機能」を含めて、口腔内の状態について、総合的にチェックします。

入れ歯を使用している人も、この機会に自分の口腔状態をチェックしてみましょう。

- 対象者** 75歳以上で後期高齢者医療の被保険者
実施期間 平成30年6月1日～平成31年1月31日（木）
費用 無料
健診内容 問診、かむ機能、下の動き、嚥下評価（飲み込む機能）、口腔内審査（歯の状態、かみ合わせ、清掃状態など）
受診方法 ①申込み：鳥取県後期高齢者医療広域連合または役場健康福祉課
※申込書は役場健康福祉課にあります。電話での申し込みもできます。
②広域連合から受診券、問診票、受診できる歯科医院一覧が郵送されてきたら、内容を確認し、希望する歯科医院に予約をして受診しましょう。
問合せ先 鳥取県後期高齢者医療広域連合（電話0858-32-1095）



日野病院の孝田雅彦病院長が、さまざまな病気や健康について、その予防法や健康に過ごすための豆知識などお役立ち情報をお届けします。

意思決定に影響を与える 「現在バイアス」

先月は台風による大雨で日野町でも土砂崩れが一部に起こりました。被災された方にはお見舞い申し上げます。私の官舎近くの板井原川も多量の土砂が流れ込んで美しかった風景がゴツゴツした石がいっぱいの殺風景なものになりました。早く元通りになつてほしいものです。

さて、今月は先月に続いて医療現場での意思決定に影響を与えるさまざまな因子について述べてみます。まず、最もよく見られるのが現在バイアスです。これは将来起こるであろう事象を過小評価し、今、目の前にあるものを優先すること

です。

例えば、肥満の患者さんは目の前にあるケーキを食べたいという気持ちを優先してしまい、将来起こるさまざまな疾患、糖尿病や心筋梗塞の発症は過小評価し目をつむるようになります。ダイエットをしようとしてもいつも先延ばしにする、よくあることです。

別の例としてはがんが発見されても、いま症状がないと将来起こる疼痛や命の危険を過小評価し、手術を躊躇するような場合です。現在バイアスを防ぐには自分が現在バイアスに陥っていないか立ち止まって考えることが必要です。

中には深刻な影響を及ぼすことも。非医学的な因子が影響していないか確認を

よく似たものに現状維持バイアスがあります。これは現状を変えたほうがいい場合でも現状を維持することを好む傾向のことです。これは日常でもよくあることです。医療の現場では深刻になることがしばしばです。現在行っている治療が効かなくなっている、あ

るいはより有効な新薬が出たにもかかわらず、これまでの治療法に固執するような場合です。これは患者だけでなく、医者にも見られます。むしろ、医者の方が多いいのかもしれない。

次にヒューリスティックスというものがあります。これは直感的思考法というもので、人が意思決定するとき、論理的に考えるのではなく、身近な情報や直感で決定することです。

例えば、医師が説明する治療法ではなく、知り合いから聞いた治療法を信じて

しまうことです。知人から民間療法が良いと聞いて飛びつくのはその典型です。時には医師がこのヒューリスティックスを利用するときもあります。私も「同じ薬を飲んでみますよ」というと、「じゃ飲みます」ということになります。

このように意思決定には純粹に医学的な情報とは違う因子が影響します。自分が自身が意思決定の場に立ったとき、このような因子が影響していないか、ゆっくりに考えてみることをおすすめします。

