

地域住民のみなさまへ

加古川中央市民病院 広報誌



tsutsuji

[ツツジ]

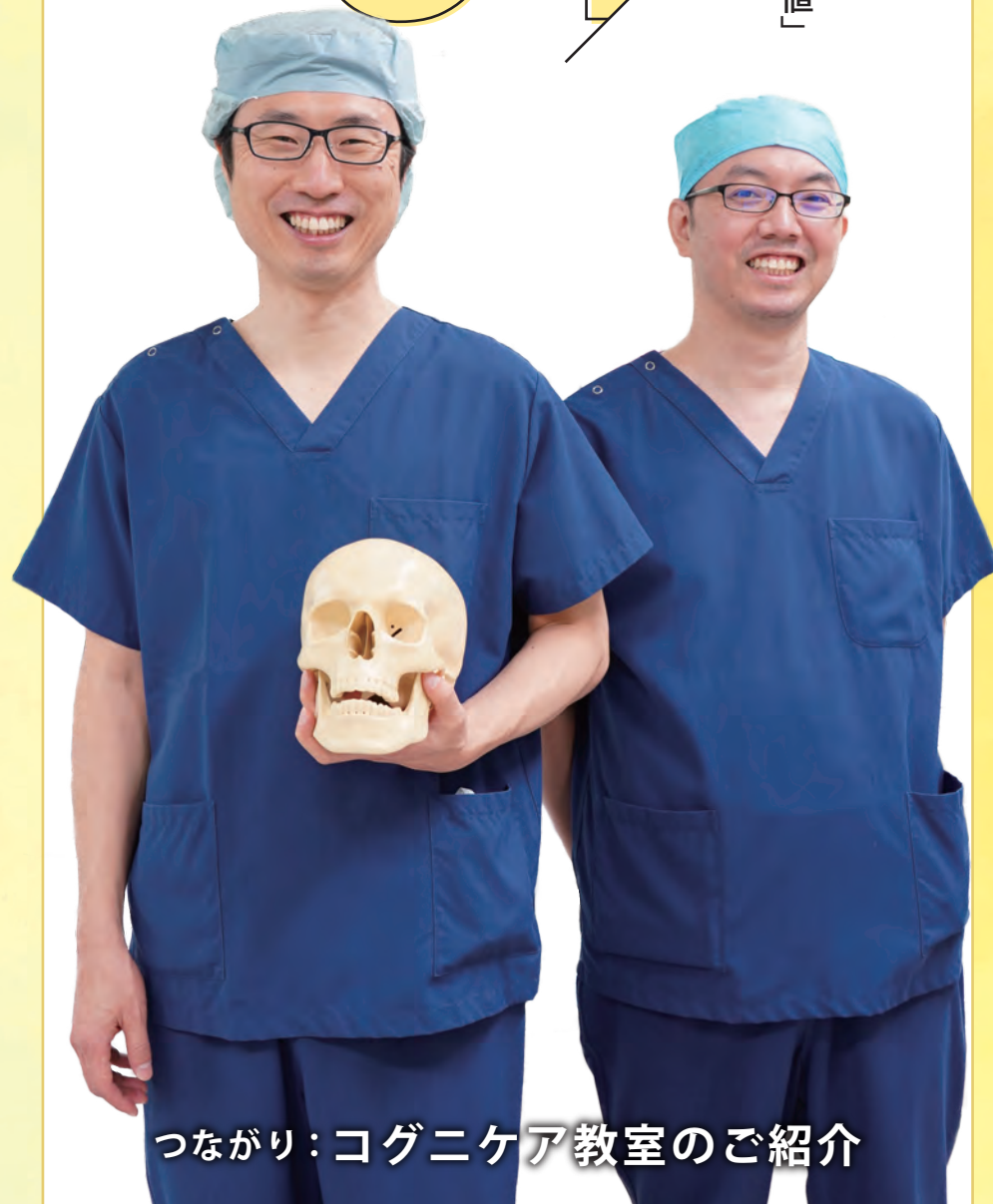
2023
1月号
Jan.

医療についてのアレコレをお届け

今号の気になる「数値」

61

特集
顔・アゴの変形



つながり：コグニケア教室のご紹介

kakogawa central city hospital

information

会計待たずにすぐ帰宅！「スマホ払い」のご案内



「スマホ払い」とは、診察受付と後払い（スマホ払い）手続きを行うことで、診察や検査の終了後、会計へ寄らずに帰宅できるシステムです。



スマホ払いを利用した際の受診の流れ

※当日の外来受診のみ利用できます。

ご利用には事前のアプリの登録が必要です。



- スマホ払いとした医療費は、当日の夜にクレジット決済されます。限度額等の問題で決済できなかった場合は、病院より連絡させていただきますので別途お支払いください。領収書及び診療明細書は、ご自身でアプリよりダウンロードください。
- 特定疾患(難病)管理票や更生医療等をお持ちの方は、手帳への金額記入が必要なため、対象外となります。

右のQRコードをご利用いただき、病院外来アプリSma-pa（スマパ）をダウンロードください。ダウンロード後、手順に沿ってクレジットカードの登録をしてください。ご不明な点がございましたら、スタッフまでお問い合わせください。



Vol.
03

家族みんなが



笑顔の
Recipe レシピ

野菜たっぷりミルクスープ

材料 4人分

玉ねぎ・・・1個	コンソメ・・・固形1個
人参・・・1/2本	水・・・400cc
しめじ・・・1P	牛乳・・・400cc
椎茸・・・4枚	粗挽き黒コショウ
バター・・・20g	・・・少々
小麦粉・・・大さじ1	

作り方

- 1 玉ねぎ、椎茸は薄切り、人参は短冊切り、しめじはほぐす。
- 2 お鍋にバターを入れて①を炒め、途中で小麦粉をふり入れて、さらに炒める。
- 3 野菜にある程度火が通ったらコンソメ、水、牛乳を入れて10～15分ほど煮込む
- 4 器に盛り、黒こしょうをふったら出来上がり！

レシピ考案：栄養管理室 管理栄養士 川村久実



寒い季節に体が温まる
スープはいかが

塩分
およそ0.8g
1人



地方独立行政法人 加古川市民病院機構
加古川中央市民病院

広報誌「ツツジ」第31号
2022年12月20日発行

〒675-8611 兵庫県加古川市加古川町本町439番地
TEL 079-451-5500 URL www.kakohp.jp/





上アゴや下アゴあるいは両方が左右方向にずれている状態。

顔が歪んでいる（顔面非対称）



上アゴの低成長により鼻の付け根が凹んでいる状態で鼻の変形を伴うことがある。

鼻の下が凹んでいる（中顔面陥凹）



上アゴよりも下アゴの方が前へ出ている状態で、顎変形症で最も多い症状。

下アゴが大きい（骨格性下顎前突症）



下アゴの低成長や顎関節の変形により下アゴがひっこんでいる状態。

オトガイの後退（小下顎症）

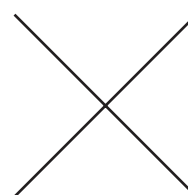
上下のアゴの位置異常により起こる顔の変形例



Oral and Maxillofacial Surgery

歯科口腔外科

歯科口腔外科 科副部長 福岡 裕樹
矯正歯科専門外来担当



Plastic Surgery

形成外科

形成外科 主任科部長 岩谷 博篤
(日本形成外科学会専門医)



特集

顔・アゴの変形

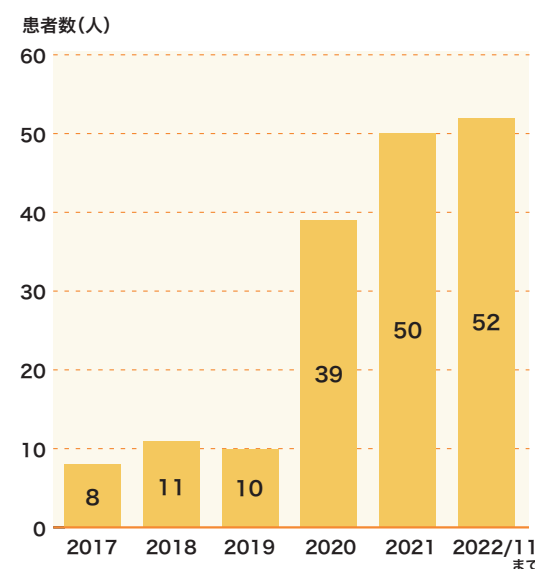
顔やアゴの変形は生まれつきやケガが原因で生じることが多いですが、原因不明の場合もあり予防も困難です。見た目にも影響するデリケートな問題であるため、一人でお悩みの患者さんも多いのが現状です。これらに対する処置として保険診療で受けられる顎矯正手術がありますので、ご紹介します。

疾患に由来することが多く、予防が難しい

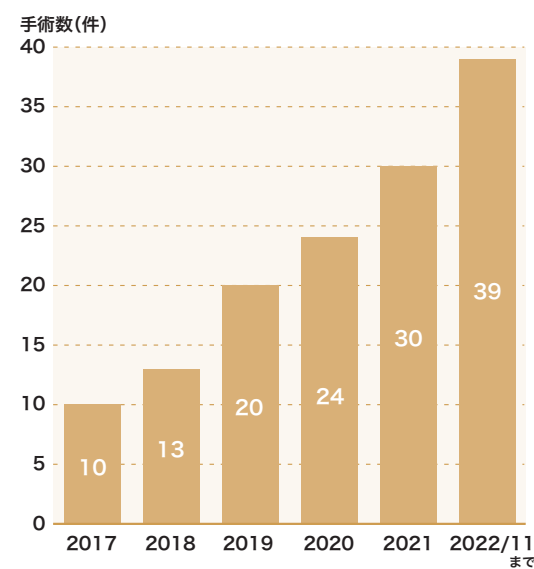
顔は自分の感情を相手に伝えると同時に、その人の印象を決める大事な身体の一部です。そのため顔やアゴに変形があるとそれをご自身のコンプレックスと感じてしまうことがあります。また顔やアゴの変形が原因で咬み合わせに異常をきたすことも多く、中には話にくい、食べにくいなど日

常生活に支障を感じる方もいらっしゃるかもしれません。顔やアゴの変形の原因として口唇・口蓋裂を始めとした生まれつきの疾患に由来するものや、ケガに由来することが多いですが、顎変形症など原因が明らかでない場合もあります。現状では予防することが難しいため、改善を希望する場合は専門性の高い医師・歯科医師と一緒に納得できる治療を選ぶことが大切です。

当院矯正歯科専門外来 受診患者数



当院での顎顔面領域 手術件数





歯科口腔外科・矯正歯科専門外来を受診した先天性疾患（疑い含む）

加古川中央市民病院実績 2022年11月時点

- | | |
|-------------------|---------------------|
| □ 口唇口蓋裂 | □ ウィリアムス症候群 |
| □ ゴールデンハー症候群 | □ Von der woude 症候群 |
| □ 鎖骨頭蓋異型性症 | □ 4p 症候群 |
| □ トリーチャーコリンズ症候群 | □ 6 歯以上の先天性部分無歯症 |
| □ 13トリソミー | □ 神経線維腫症Ⅰ型 |
| □ 21トリソミー（ダウン症候群） | □ VATER 症候群 |
| □ ピエール・ロバン症候群 | □ 6p 症候群 |
| □ 全前脳胞症 | □ Ehler-Danlos 症候群 |
| □ 色素失調症 | □ Dandy-Walker 症候群 |
| □ 外胚葉異形成症 | |

歯科矯正治療に係る療養給付（保険診療）の対象となる先天性疾患は当院HPに掲載しています。
(2022年4月1日現在)



61 疾患



術後も安定する治療計画が大切

顔やアゴの変形に対する治療は上アゴや下アゴといった骨（硬組織）への処置と鼻や唇といった皮膚や筋肉等（軟組織）への処置があります。硬組織への処置は上アゴや下アゴを手術で外科的に切り離し動かす顎矯正手術が一般的です。近頃は某アイドルが公表したり、SNSで自身の経過を発信しているのが存じの方も多いと思います。見た目のみの改善を求めて行う美容外科では、治療費として数百万円かかる場合があります。しかし、見た目の問題だけではなく顎口腔機能異常や睡眠呼吸機能異常などの治療を目的とする場合は保険診療の対象となります。

これらの機能異常がみられる方はほとんどの場合、出っ歯、受け口、開咬など咬み合わせが悪い状態（不正咬合）にあります。そのため保険診療で顎矯正

手術を行う際、多くの方は歯科矯正治療を併用します。この場合は歯科矯正治療も保険適応となります。

大まかな治療の流れとしては、まず顎矯正手術後にしっかりと咬合を得られるように歯科矯正治療を行い、終了後に顎矯正手術を実施します。当院では良い咬合を構築することはもちろんのこと、手術後の後戻りを最小限にすることも重要視して形成外科医と矯正歯科医が協力して手術計画を立てています。手術後も半年から1年程度は矯正装置を装着したままになります。現在日本国内では年間4,000件以上の顎矯正手術が保険診療で行われています。



治療の流れについて

骨が原因の顔・アゴの変形治療は、すぐに手術を行うわけではありません。検査をした資料をもとに、患者さんの状態に合わせて計画を立て、実施していきます。



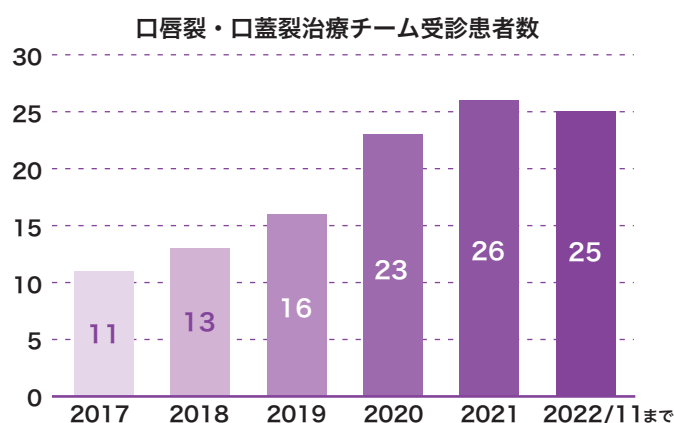
保険診療で歯科矯正治療と顎矯正手術を行った口蓋裂・顎変形症治療の1例

*全ての治療で同様の結果が得られるとは限りません。症状によっては保険適応不可と判断される場合もあります。
また顎矯正手術では知覚神経麻痺、大量出血、骨片壊死などの偶発症、および術後の後戻りが生じる可能性があります。

生まれつきの疾患（先天性疾患）へのアプローチ

鼻や唇といった皮膚や筋肉等（軟組織）への処置は主に口唇・口蓋裂に対する再建を行っています。必要があれば口唇変形に対する脂肪注入や鼻の変形に対する肋軟骨移植などの修正術を行う場合もあります。また手術やケガによる傷跡や組織の歪みを修正したり目立ちにくくする処置、小耳症に対する耳の形成術も行っています。

当院では顔やアゴを専門とする医師、歯科医師を中心とする多職種によるチーム医療を「口唇裂・口蓋裂治療チーム」として2017年より実践し、機能面・整容面の両立した治療を提供しています。出生直後の新生児はもちろんですが、近年口唇・口蓋裂治療は目覚ましい進歩を遂げ、過去に困難と思われた症状でも治療が可能となっているため、再治療を希望される成人の方も多く受診されています。



また口唇・口蓋裂以外の多くの生まれつきの疾患（先天性疾患）の患者さんも当院形成外科や歯科口腔外科矯正歯科専門外来を受診され治療を行っています。尚、顔やアゴに変形を伴う先天性疾患の方の歯科矯正治療も原則保険が適応されます。

顔・アゴの変形については一人で悩まずに、可能な治療法について形成外科医・矯正歯科医にご相談ください。

口唇裂・口蓋裂治療の詳細については、
当院 Web サイトをご覧ください。
https://www.kakohp.jp/section/plastic_surgery/

加古川中央市民病院
「口蓋裂治療について」



顎変形症治療の詳細については、
当院 Web サイトをご覧ください。
https://www.kakohp.jp/section/dental_surgery/

加古川中央市民病院
「顎変形症治療について」





(発声の練習)

- 1 「パ」「タ」「カ」「ラ」と発音することで唇や舌を動かします。声を出すことも食べる力の向上につながります。
- 2 それぞれ5～10回、ゆっくり、はっきり声を出しましょう。

(舌の体操)

- 1 食べ物をのどに送る舌の力を高めます。
- 2 舌を口の天井に5秒間強く押し付けます。5～10回しましょう。



(のどの体操)

- 1 飲み込みに必要なのどの力を高めます。
- 2 下を向く(目線は自分のへそ)→おでこに手を当てる→おでこ手で5秒間押し合う5～10回しましょう。



*頸椎症や高血圧の方はかかりつけ医と相談の上で実施して下さい。

- ✓ 食前に行うと効果的です
- ✓ 鏡を見ながら動きを確認
- ✓ リラックスして腰かけた姿勢で

食べるリハビリ！
5分でできる
誤嚥予防

今回の体操

すきま時間で
できちゃう

ちよこつと
体操

食べるリハビリで誤嚥予防してみませんか？ 食べることは人生の楽しみ！ 年を重ねても、いつまでも笑顔でおいしく、ぜひチャレンジしてみましょう。



言語聴覚士
黒田 伸治

ちよこつとした体操を地道に行うことでいろいろな効果が得られます。お時間のある時にちよこつとやってみてください。



日頃のいろいろ

チョットした疑問にスタッフが为您解答します

目の検査で赤と緑のどちらがよく見えますかと質問されるのはなぜですか？

お答えするのは：視能訓練室 副技師長 鳥田 安紀子

眼鏡やコンタクトレンズの度数が適正かどうかを確認しています。患者さんの中には、見当がつかず、どう返答すればよいのか悩まれる方も多いと思いますが、見えたとおりに答えてもらえれば大丈夫で、正解はないのです。例えば眼鏡をかけていると疲れると感じておられる場合は、度数が強い可能性があります。眼鏡作成の際に、目に負担がかからず、ご希望に沿った眼鏡に近づけるために行う大切な検査の1つです。

おうちでできる

かんたん セルフケア

低温やけどに注意しましょう！

寒い季節は、低温やけどの患者さんが増えます。今回はリスクの高い人と注意点をお伝えします。まだまだ寒い日々が続きますが、下記のことを気をつけお過ごしください。

糖尿病 看護認定看護師 春山 裕美

リスクの高い人

高齢者や幼児
体に麻痺がある
薬により深く眠る
糖尿病や神経疾患により感覚が鈍い



注意点

- ・こたつは弱に設定し、長時間の使用を避ける。
- ・電気毛布は寝る前に温め、寝る時は切る。
- ・湯たんぽやカイロは直接肌にあてない。

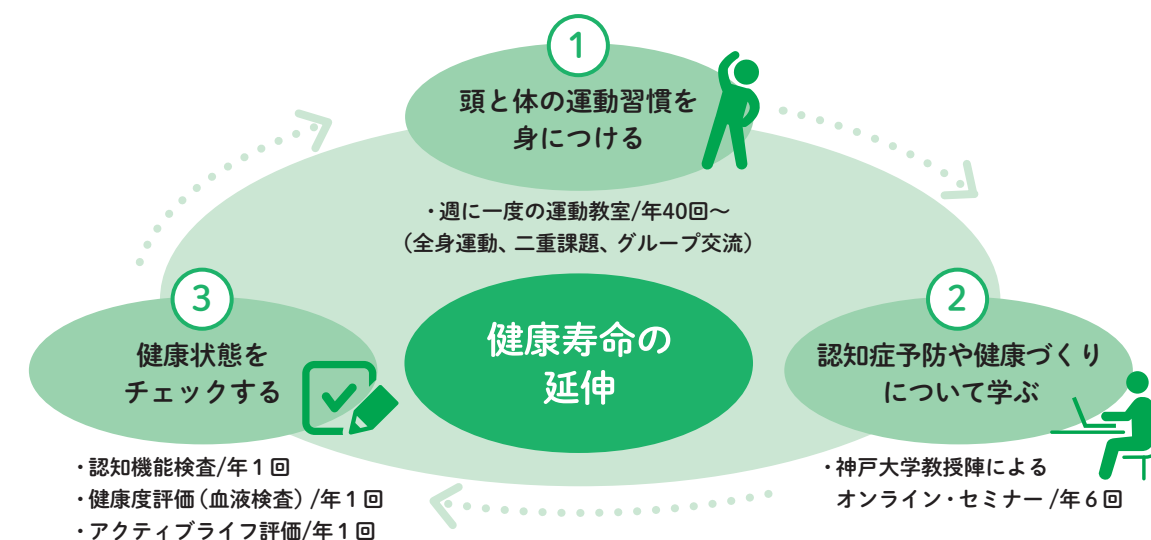


認知症予防プログラム コグニケア教室のご紹介

認知症はさまざまな要因によって発症します。完全に治療することは難しいため、認知症の発症をできるだけ遅らせるための工夫が必要です。一人ではなかなか続けられないことも、仲間と一緒に楽しく継続できるのではないのでしょうか。11月より当院の光(きらり)ホールで開催されている神戸大学主催の認知症予防・健康づくりプログラム「コグニケア」をご紹介します。

つながり
#03

独自の三位一体メソッド



このような方にオススメです

- ✓ 頭と体の健康を保ち続けたい方
- ✓ 生活習慣病や物忘れが気になり始めた方
- ✓ 免疫力を高めたいと考えている方
- ✓ コミュニティ不足を心配している方
- ✓ ストレスを溜め込みやすい方

日常の健康とあわせて コミュニケーションの機会も！

コグニケアとは認知症や生活習慣病の「予防」に良いとされる研究成果をもとに神戸大学の研究者が開発したヘルスケア・サービスです。①頭と体の運動教室と②健康づくりセミナー(学習&交流)、③健康状態の見える化の3要素がパッケージされています。その三位一体型のメソッドは、認知症予防のみならず、糖尿病や高血圧などの生活習慣病、さらにはフレイル(老化による活力低下)の予防対策にもつながっています。また、地域コミュニティの場としてもご活用いただけます。

受講料

正規料金	パック料金
5,720円/月	3か月払い: 15,290円(5,096円/月) 6か月払い: 29,700円(4,950円/月)

日程・会場

毎週水曜日 13:30～14:30
加古川中央市民病院 光(きらり)ホール

お問い合わせ

神戸大学コグニケア事務局
電話番号: 070-2455-6397(平日10時～16時)
メールアドレス: padinfo@org.kobe-u.ac.jp

コグニケアの詳しい情報はこちらのHPから
<http://www.innov.kobe-u.ac.jp/pad/index.html>

