



# しろいは



医療法人 白水会 白川病院歯科・広報誌

第5号 平成25年6月発行

## 歯からiPS細胞・・・？

当科の代診である玉置先生は研究者としても活躍しておられます。実は玉置先生は、iPS細胞でノーベル賞を受賞された、あの山中教授のプロジェクトメンバーなのです。そこで、今回は特別企画として玉置先生にその研究の話をしていただきました。

昨年ノーベル医学生理学賞を受賞された京都大学の山中伸弥教授は、人工的に皮膚などの体細胞の情報をリセットさせて、再び体のすべての細胞に変化できる*iPS細胞*を発見しました。つまり自分の皮膚の細胞から、神経・心臓・肝臓・網膜など体のあらゆる細胞を作り出すことができます。無限の可能性を秘めている*iPS細胞*ですが、残念ながら現段階では作製に非常に時間と費用がかかるため、臨床応用が困難な状態です。そこで、骨髄バンクの様に細胞移植に備えて、予めさまざまなHLAタイプ（白血球型）をそろえた*iPS細胞*バンクを作ることでこの問題を解決できます。

私は山中プロジェクトの一員としてこの研究に携わってきました。岐阜大学では医療廃棄物である抜去歯（抜いた歯）から得られる歯髄細胞に注目をしています。歯髄細胞は、培養が簡単でしかも容易に多くの患者さんから得られるため、細胞バンクを作るのに向いています。

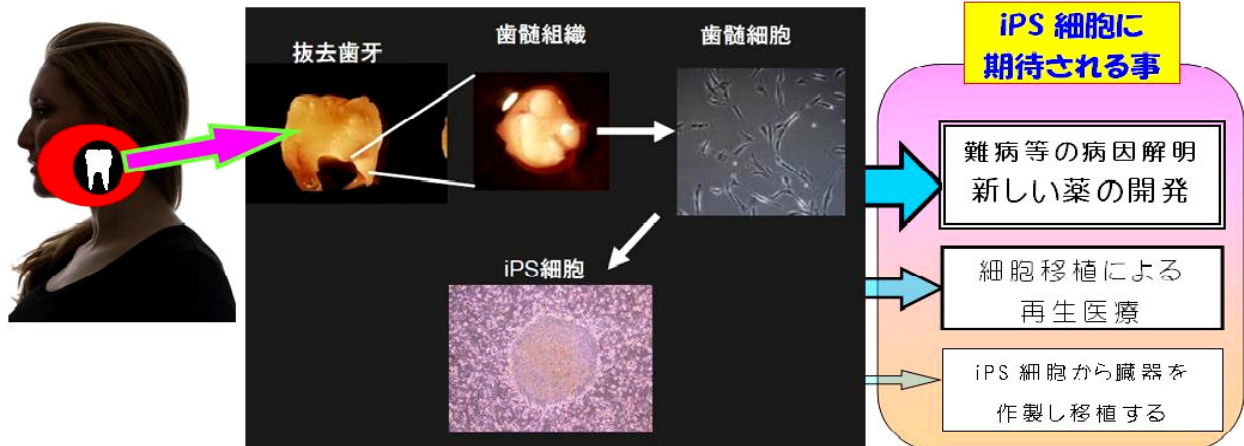
さらに私の研究で、若いうちに抜いた親知らずの歯髄細胞は、皮膚の細胞よりも約40倍も*iPS細胞*になりやすいことが示されました。

山中先生もこの歯髄細胞が*iPS細胞*バンクを構築するのに、有用な細胞の一つではないかと期待しております。

近い将来献血ならぬ献歯をお願いする日が来るかもしれません！



(左から3人目が山中教授、右から2人目が私です。)



# 食生活を見つめてみませんか？

お口の健康を維持するためには歯みがきが大切なことは言うまでもありませんが、食生活を見直すことも虫歯や歯周病予防のためには大きな意味があります。ご存じのように**甘いもの**がお口の中の細菌の餌になり**歯垢**を作り出し、その歯垢が歯に長い時間付着していると**虫歯や歯周病**が進行します。あなたの食生活の中で、一日に甘いものはどれくらい、どのタイミングで摂取されているのでしょうか？

## こんなことはありませんか？

- ・味付けが甘い（甘党の家庭の味付けが伝承される）
- ・お菓子が主食代わり（菓子パン・ハンバーガーなど現代の食生活の典型）
- ・常に小腹が空くような食サイクルで、ちょくちょく食べ物をつまむ
- ・朝食抜き（お腹が空くので間食に頼りがち）
- ・職場でのお菓子の配布
- ・飲み物で糖分過剰摂取（ペットボトルの害＝だらだら飲みにつながる）
- ・寝しなに一杯（風呂上がりのスポーツドリンク、乳酸菌飲料）
- ・のど飴（通勤途中、会議中、運転しながらじっくりなめる）
- ・手作りお菓子や、常備食のおかずの食べ過ぎ（保存のため甘くなりがちになり、捨てられない）

ひとつでもあてはまる項目があった方は、**虫歯や歯周病**の危険性が普通の食生活にひそんでいます。そして**肥満**や**成人病**のリスクにもあてはまります。



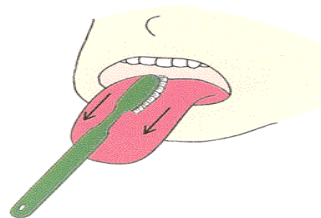
1日3回のごはんを  
美味しく・楽しく・しっかり  
食べる食習慣を  
続けましょう！



## ことば辞典

第5回目は舌苔(ぜったい)です

舌苔とは舌の表面に付着した白い苔のようなもので、これが付着すると口の中の細菌が繁殖しやすくなり、口臭の原因につながります。鏡を使って、自分の舌を出して見てください。白く汚れていたらそれが舌苔(ぜったい)です。



気持ちが悪くならない程度に軟らかめの毛のブラシを舌の奥まで入れ、毛先を舌の表面に当て、舌の奥から前に向かって軽い力で動かして清掃する。

白川病院歯科について、ご意見ご要望等がありましたら遠慮なくお申し出下さい。