



歯っぴいレター

2011.5

端午の節句のはなし

5月5日は、五節句（ごせつく）のひとつで、端午（たん）午（ご）の節句といいます。五節句は、1・3・5・7・9の奇数月に設けられています。これは、奇数を陽、偶数を陰とし、陽の月を重んじたからです。「端」は「はじめ」、「午」は十二支の「うま」で、5月最初の午の日の意味でした。「午」は陽気が強いため、陽に陽が重なる吉日が選ばれたのです。しかし、「午」が「五」の音に通じ陽数（奇数）であることから、いつの頃からか、5月5日に定められました。

平安時代、この日は天皇に菖蒲（しょうぶ）が献上され、皇族や臣下には薬玉（くすだま）が贈られる日でした。

薬玉は薬草を入れた匂い袋で、その香りが漂う場所には、邪気が入り込まないと信じられていました。古くは、五色の糸で菖蒲や艾（よもぎ）を刺して束ねたものからはじまり、やがて、様々な造花や五色糸の組み物になりました。清少納言の『枕草子』（まくらのそうし）には、「きさい（后）のみや（宮）などには、ぬひどの（縫殿）より御くすだま（薬玉）とて、いろいろの糸をく（組）み（下）さげてまい（參）らせたれば」とあり、5月5日に母屋の柱などに懸（か）け、9月9日の重陽（ちょうよう）の節句に、茱萸（ぐみ）と菊の薬玉と交換する習わしでした。写真は、京都 風俗博物館展示の端午節句で、手前左から薬玉・菖蒲、右上には薬玉を柱に懸けている様子が『源氏物語』から再現されています。



菖蒲はその香りや剣のような形から邪気（じやき）を祓（はら）うものとされ、この日は、身につけたり、家の屋根に葺（ふ）いたりしました。今も菖蒲湯として、その習慣は残っています。

ところで、いつから端午の節句は、男の子のお祝いの日になつたのでしょうか。

鎌倉時代、武士の世の中になると、菖蒲が尚武（しょうぶ=武事・軍事を重んじること）に音が通じることで、武士の家を継ぐ男子の、無事成長や立身出世を祈る日と変化したのでした。

薬玉の風習は少なくなりましたが、菖蒲兜（しょうぶかぶと=兜に菖蒲を刺し無事を祈る）や、鯉のぼり（鯉が滝を登り竜に転じた故事から出世を願う）などを飾り、チマキ（水神に献じたチマキが五色の龍となったことにちなむ）・柏餅（葉の色が変わらないことから不老長寿を祈る）を食べて、暑い季節の無事を祈るはじまりは、約1,450年前にさかのぼることが出来るのです。

財団法人 とちぎ未来づくり財団 埋蔵文化財センター 篠原祐一



毎日の暮らしのクオリティを高める、お口の健康

「歯が痛くなったら歯医者で治療する」



それはその通りですね。日本では、歯が痛くなった時などの治療は医療保険でカバーされていますから、歯医者は歯の具合が悪い時にいくところ、との認識が一般的ではないでしょうか？でも・・・

「入れ歯が合わない、噛めない」「またむし歯になった」

よく聞くハナシかもしれません。

たとえば、歯ぐきが腫れて痛いので歯を抜いた→痛みはなくなった→そして、入れ歯をした。でも、噛めない。こういうつらいケースも珍しくありません。つまり、歯を抜くことで歯ぐきの腫れはなくなった=歯ぐきは治ったのですが、その後の、食事を楽しむ、といった他の人にはわからない部分まで改善しなかったという訳です。

この「他の人にはわからない」部分、いわゆる、からだの状態と日常生活の快適さについて「クオリティ オブ ライフ=生活の質」という表現をしていて、その頭文字をとり、QOL（キューオーエル）といっています。

今まで、病気を克服することだけが大事でした。「がん」の治療などが分かりやすいですが、「がん」を取り除くことが病気を治す目的だったといえるでしょう。

でも今では、手術後の日常生活の支障（ここがQOLです）にまで目を向けた、治療方法の流れへと変化してきました。

口の中の病気とQOL

口の中の病気、主にむし歯と歯周病ですが、両方ともに気付かずに入り込み、重症になるほどもとの状態に戻すことは難しくなります。すると、むかしと同じように食べたり、話したりがしにくくなる可能性がでてきます。

「具合の悪さに気付いた時の治療」の繰り返しが、必ずしもQOLの向上に役立たないかもしれません。

「具合の悪い時の治療」からお口の健康を守る定期的ケアへ

むし歯も歯周病も悪化するほど、不具合を感じるようになります。すなわち、毎日の暮らしのクオリティが低下することを意味しています。ではどうすればよいのでしょうか。

日々のお口のお手入れに加え、歯科医院が定期的なケアを提供することで、むし歯、歯周病の進行を抑えることができます。



病気の克服一辺倒からQOLへのシフトを考えた時、おのずから歯科医院の役割は、定期的ケアができる歯科医院へと転換が求められていることになります。

参考：患者さんからもらった確かな情報・・・POEM no.2

(Patient Oriented Evidence and Message) 2007.8.31

日本ヘルスケア歯科研究会（現学会）発行

発行：さいとう歯科

〒272-0137

千葉県市川市福栄 3-18-22

Tel : (047)399-8217

Fax : (047)399-8217

HP : <http://www.saito-dent.com>