

デンタル
スタッフの

衛生学・ 公衆衛生学

HYGIENE

末高武彦 他著



医歯薬出版株式会社

I 衛生学・公衆衛生学の定義

衛生学は、「個人および地域における健康の保持・増進と、疾病の予防とを目的とする学問」であり、公衆衛生学は、「国民の健康を保持・増進させるため、公私の保健機関や地域・職域組織によって営まれる組織的な衛生活動を考究する学問」である。

「衛生」という言葉は、明治時代になって用いられようになった。当時は、病気が原因で死に至ることもめずらしくなく、衛生は「生（命）を守る」という意味で用いた。また、「公衆」の言葉は、いまは使われなくなった公衆便所、公衆浴場、公衆電話などで用いた。「（個人ではなく）皆のもの」「住民のもの」との意味で用いた。しかし、健康についての科学が発展し、いまやがんでも生存率が高くなっている。今日では、衛生学・公衆衛生学を先に示したように定義している。

そのようななかで、衛生に変えて「保健」を、公衆衛生に変えて「地域保健」を用いることもある。前者では、「健康を保つ」ことを、後者では「地域の実情」を考慮した意味から用いている。この本でも、8章以降ではこの言葉を用いている。ここでは、衛生・公衆衛生と同義と理解する。

COLUMN

たとえば、マラリアは熱帯地方でハマダラカが媒介する原虫による感染症である。その予防法として「キニーネ内服」があるが、予防薬やワクチンの開発などは衛生学の成果であり、地域住民が協力してハマダラカが息巻する湿地や藪をなくし、ハマダラカが息巻できなくなってマラリアが根絶されることは公衆衛生学の成果といえる。しかし、現代では衛生学と公衆衛生学をあえて区別する必要はないとされている。

II 健康の概念

世界保健機関（World Health Organization : WHO）は1946年健康について、表1-1のように提唱した。たとえば、上顎の中切歯が齶蝕になったと仮定しよう。

表 1-1 WHO 憲章による健康の定義

【原文】 Health is a state of complete physical, mental and social well-being and not merely the absence of disease or infirmity. The enjoyment of the highest attainable standard of health is one of the fundamental rights of every human being without distinction of race, religion, political belief, economic or social condition. Governments have a responsibility for the health of their people which can be fulfilled only by the provision of adequate health and social measures

【和訳】 健康とは、単に病気がないとか、虚弱でないとかいうことではなく、身体的、精神的、そして社会的に完全な状態をいう。到達しうる最高水準の健康を享受することは人種、宗教、政治的信条、経済的、社会的状態に関わらず、すべての人類の基本的権利の1つである。政府は、適切な健康政策、社会方策を提供することによってのみ、国民を満足させられるという責任を有する

表 7-4 健康づくりのための睡眠指針 2014

1. 良い睡眠で、からだもこころも健康に。
2. 適度な運動、しっかり朝食、ねむりとめざまめのメリハリを。
3. 良い睡眠は、生活習慣予防につながります。
4. 睡眠による休養感は、こころの健康に重要です。
5. 年齢や季節に応じて、ひるまの眠気で困らない程度の睡眠を。
6. 良い睡眠のためには、環境づくりも重要です。
7. 若年世代は夜更かし避けて、体内時計のリズムを保つ。
8. 勤労世代の疲労回復・能率アップに、毎日十分な睡眠を。
9. 熟年世代は朝晩メリハリ、ひるまに適度な運動で良い睡眠。
10. 眠くなってから寝床に入り、起きる時刻は遅らせない。
11. いつもと違う睡眠には、要注意。
12. 眠れない、その苦しみをかかえずに、専門家に相談を。

(厚生労働省：健康づくりのための睡眠指針 2014 より引用)

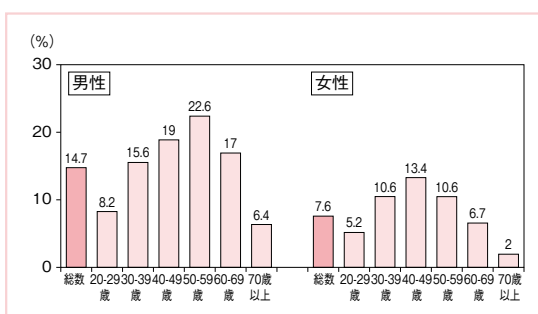


図 7-4 飲酒の状況「生活習慣病のリスクを高める量を飲酒している者の割合」

(厚生労働省：平成 24 年国民健康・栄養調査より)

2-飲酒量に関する適切な知識

男女別の生活習慣病のリスクを高める飲酒量（清酒換算で男性 2 合以上、女性 1 合以上）を正しく知っている者の割合は、男女とも 3 割に満たない状況であり、適切な飲酒量に関する情報の周知が必要である。

4 喫煙

1-喫煙習慣の現状

たばこの煙には多くの有害物質が含まれており、その健康被害も多く調査されている。2013 年の調査において習慣的に喫煙している者の割合は、男性 32.2%、女性 8.2%であり、年々減少傾向にある（図 7-5）が、先進諸国と比較して男性の喫煙率はやや高い状況にある（表 7-5）。一方、習慣的に喫煙している者のうち、たばこをやめたいと思う者の割合は 24.6%、たばこの本数を減らしたいと思う者は 33.5%で増加傾向にある。

慢性閉塞性肺疾患（Chronic Obstructive Pulmonary Disease : **COPD**）はその 90%が喫煙者であることから「たばこ病」ともよばれる。これは、たばこ煙を主とする有害物質を長期にわたり吸入暴露することで、気管支と肺に異常な炎症がもた

9章 母子保健

Introduction

ほとんどの人が近い将来、父親・母親になるだろう。共働きが増えている昨今、配偶者あるいは自身が妊娠し出産、そして乳幼児がいる父母として子育てをする場合、地域や職場はどのようにサポートしてくれるだろうか。

またデンタルスタッフとして勤務している際に、歯科診療所に妊娠中あるいは乳幼児を連れた母親が来院したらどのように対応するだろうか。妊娠中の女性は、歯科治療時のエックス線撮影や使用される薬品に対し過敏になる人も多いといわれている。また核家族が増えているため、出産後に来院する母親の中には、治療時に乳幼児を連れて受診しなければならない母親も多い。

妊娠・出産後も働く（働かなければならない）女性が増加している中、子育て支援のため、わが国ではさまざまな対策が実施されている。しかし母子保健対策には「母親と子どもに対して」だけでは対処できない問題がたくさんあり、父親自身の考え方、父親の職場における子育てに関する環境整備も必要となってきた。

この章では、少子化がますます進んできている日本における、さまざまな子育て支援に対する環境や制度について考える。