

PICK UP SPECIAL!

# 「どうしたら むし歯にならない？」 この疑問が、大きな 原動力になる!

先日、歯科研修のためにスウェーデンへと出向いた編集部S。  
予防先進国の意識や文化に触れるなかで、  
日本とある大きな違いを感じたといいます。それは、視点の持ち方。  
たとえば患者さんがむし歯になってしまったとき、  
歯科衛生士がどんな視点から伝えているのかそれぞれ見てみると……。

「むし歯の原因は、磨き残しですね」  
「フロスもしっかり使って、隣接面のケアをしましょう」  
▶ **結果や答えに注目している。**

「なぜむし歯になってしまったと思いますか？」  
「どうしたらこのプラークを落とせるようになると思いますか？」  
▶ **患者さんが自ら考え、学べる場を提供している。**

答えだけを伝える日本と、考えるきっかけをつくるスウェーデン。  
患者さんの意欲を引き出すヒミツが、ここにありそうです。

そこで、患者さんへのアプローチ法を変えようとしているのは、  
医療法人社団 綴理会 大山歯科クリニック(東京都)。  
だ液検査を活用するようになってから、患者さん自身が  
むし歯の原因について考えるようになったといいます。  
歯科衛生士のお2人に詳しくお話をうかがいました!



塩津 彩香さん  
(臨床歴3年)

## 100人と向き合ってたわかった! 相手を知ることの大切さ

現場で患者さんを診るようになってから、何度か思うことがありました。むし歯になってしまったとき、多くの方が原因を理解されないまま治療に臨んでいるんです。とにかく痛いから治療をしてほしいという感じで、治ったらまた同じ生活に戻る。治療を終えることがゴールになっているから、結局また知らないうちにむし歯になってしまいうんですよね。私たちの仕事は予防をするこ

となのに、これでいいのかな……。新人ながら、申し訳ない気持ちでいっぱいでした。  
そこへチャンスが舞い込んだのが、去年の5月。医院で本格的に、だ液検査を導入することになったんです! 最初はなんとなく、口腔内の状態がわかるもの、というイメージでしたが、使いこなしてみると全然違う。むし歯のなりにくさが数値で見えたり、生活習慣の何を変えればいいのかを探ることができたり。患者さんに、「ご自身のお口のことを理解してもらええるツール」という感じでした。  
私がこの1年で検査させていただいたのは100人ほどですが、ほとんどの方が「やってよかった」と言ってくれますね。唾液の質を調べて、PCRをとって、食事の内容や生活習慣をうかがって、患者さんと1対1で向き合いながら、「何でむし歯になってしまったのか」を一緒に考えます。もうそれまで自分は歯科衛生士として何をやってきたのか思い出せないくらい、この1年は濃かったですよ(笑)。毎日充実感でいっぱいです。  
というのも、患者さんとここまで向き合ったのは実は初めてなんです。データを基に個々に合った予防法を考えると、どうしたって1人ひとりをきめ細

やかに診るようになるじゃないですか。この方はS.M菌が多いからフッ化第一スズ入りのジェルをすすめようとか、お仕事中の間食を減らしてもらったほうがいいとか。場合によっては生活面に目を向けることも必要です。始めは大変でしたが、患者さんとの距離感も縮まって今は楽しいですね。

## 「健康に従事した仕事をしたかった」 高校時代の夢が、叶っています

もともと私が歯科衛生士を目指したのは、祖父を亡くしたことがきっかけだったんです。原因は誤嚥性肺炎で、そのとき初めて口腔ケアの大切さを知りました。当時は高校生だったのでよくわからない部分もありましたが、「健康に従事した仕事をしたかった」という思いで、「口腔ケアをすることでの役に立ちたい」という思いはずっと頭から離れなくて……。すでに決まっていた大学へ入りあえずは通ったけれど、卒業してすぐ歯科衛生士学校へ入学。時間を余計に使ってしまいましたが、あきらめなくてよかったと思っています。  
だからこそ、今こうして患者さんの健

康を守るお仕事に就けることが幸せです。だ液検査をするようになって充実感が得られているのも、これが歯科衛生士の仕事なんだって手応えを感じられるから。特に患者さんの行動が変わったときは、すこくうれしいですよ。この間も50歳の男性から「洗面所に行く」と「フロス続けますか?」って聞いてくる塩津さんの顔が浮かぶんだよ」と言っていただけでした(笑)。名前を憶えてもらえることも今までなかったんで、患者さんとのつながりがようやくできてきたところですね。この方のためにも頑張ろうって、励みになっています。  
1年前の自分と違うのは、やっぱり責任感です。まだまだ勉強しなきゃいけないこともあるけれど、何より患者さんとの関係性をもっともつと大事にしていきたいな。人の健康を守る仕事の、最も基本の部分ですから!



松井 舞さん  
(臨床歴8年)



「僕、おこずかいでフロス買う」  
目に見える数字に少年が動いた！

「将来むし歯にならない可能性」を数値化して見るために、当院では「カリオグラム」を導入しています。だ液検査で調べた細菌量や、日頃の食習慣。それと、普段行なっているセルフケアの方法をもとに、その方だけの数字が割り出されるんです。

方に変えるだけで数値がグンと上がる  
ことがあります。その変化をお見せした  
ときの、患者さんの表情が変わる瞬間  
が好き(笑)。「ちょっと変えるだけでこ  
んなに違うの？」という感じで、オーラル  
ケアを見直すことに乗り気になってく  
れるんです。

うれしかったのは、去年の10月に小学  
4年生の男の子が来院したときでした。  
最初の数値は50%だったのですが、セルフ  
ケアの条件にフッ素やフロス、キシリト  
ルガムを増やしたら●%にまで上がって。  
それを見た途端、「フロスやつてみる。僕  
のおこずかいで買って帰る〜」って。  
その張り切る姿がかわいくて、横にいら  
したお母さんと一緒に思わず笑っちゃい  
ました。

もともと細菌の量は少なかったの  
ですが、おやつ回数が多くてブラークが  
かなり付いていたんですよ。これから中  
学・高校へ進学するにつれて親の手を離  
れていくし、お母さんもおこずかいを離  
れていて……。ところが具体的に数字が  
変わるのを見て、ご本人も「なんだかお  
もしろそう」って感じてくれたみたい。  
半年以上経った今も、フロスやフッ化物  
入りの歯磨き粉は続けてくれています。  
次の再評価が楽しみです。

先々のこと考えてくれる  
医院として、頼ってもらえます

こうした数値をお見せすると、多くの  
方がおっしゃるんです。「将来自分がど  
れだけむし歯になりやすいかなんて考え  
たこともなかった」って。実は私自身も、  
だ液検査をやるまでは患者さんの先々  
を見ようともしていませんでした。メイ  
ンテナンスにいらしたら赤く染め出して  
TBIをして、PMTCをして終わり。  
大雑把にいうと、本当にそれだけだっ  
たんです。でも、それでは歯科衛生士が歯  
科医院にいる意味って何もないんでは  
よね。

むし歯になつてしまったから歯を削っ  
て埋めるといふのは、とても簡単なこと  
です。ただ、そこで「何が原因だったの  
か」を探らなければ永遠に治療を繰り  
返すことになってしまいます。予防を任されて  
いる私たちが注目すべきなのは、そこ。  
10年後も20年後もご自分の歯で過ご  
してもらうために、口腔内の状況や生  
活面から原因を見つけて、ご本人にも  
伝えていくことなんです。

この1年で、だ液検査を受けてくれ  
る方はだいぶ増えました。歯を残してい

くのに必要な検査ですってお話すると、  
「そうよね、歯は一生ものだしこれから  
の人生になくてはならないよね」とむし  
る喜んでくれます。先々のことをしっか  
り考えている医院だと感じてくださる  
のがうれしいし、その期待に応えるため  
にも歯科衛生士はとても重要なボジ  
ションにいると思う。臨床歴は8年です  
が、自分としてはまだまだスタート地点  
に立ったばかりです。ここからが本番な  
んだなって、思っています。

