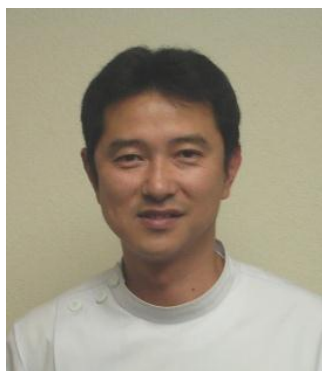




お口の健康ネットワーク 会報

Oral Health Network Newsletter vol.6. 2010. 9. 1



つまようじ法と口臭対策

NPO法人お口の健康ネットワーク 理事
日本口臭学会 理事
E B A C (口臭認定提携グループ) 前副会長、元統括参事
九州ラグビー協会公認レフリー・中学レフリー委員長
つの歯科医院 院長

津野敬一朗

1. いろんな魔力にとりつかれて

卒後に、歯科医師という口腔内の細々した仕事より、医師に近い仕事をしてみたいと考え解剖の道に進みました。(まあラグビーのレフリーが自由にできるというのが1番であったが(大笑))

全身解剖をしていると、医学への興味が湧き、何度か医学部編入試験を受けるも挫折・・・。

そこでようやく本格的に歯科の修業を始めましたが、日々診療をする中で「効果があるが、通例の治療概念を打ち破れるものはないか」と模索し、その中で出会えたものが、つまようじ法であり、口臭外来でした。

当初は「たかが歯ブラシ」と決めつけていたが、やってみると非常に難しく、やりだしたら徹底して追求しないと気が済まない性格上、これを究めてみたいと考えました。

そこで全く面識のない黒瀬先生に厚かましく連絡をして、頼み込んで数度訪問実習をしていただき、さらに興味を持ち入り込みました。

今でも年1回は訪問をしていただき、自分も数度研修会へ出向いています。日々研鑽！

2. 口臭と口臭症

一般の方はもちろん、歯科医師であっても

この定義は正しく説明は出来ないのではないのでしょうか。

2010年日本口臭学会が定めた定義では、「口臭」とは、本人あるいは第三者が不快と感じる呼気の総称。

「口臭症」とは、生理的・器質的・精神的原因により、口臭に対して不安を感じる症状となっています。

我々は歯科医師であるため、口腔内に関する患者さんの要求には応えなくてはなりません。

基本的に「口臭」だけを訴えた場合には、本人が不快と感じないようにすればいいわけであり、ここでつまようじ法が登場。

つまようじ法の効果云々は、私が申し上げるまでもないので、いかにこれを患者さんに提供して口臭を寛解(医学用語・緩解ではない)させるかがKEYとなります。

3. つの歯科医院での取り組み

当医院は歯科医師は1名、歯科衛生士4名の構成で、コンパクトな感じで診療をしています。

平均レセプト350枚程度ですが、99%がつまようじ法の患者さんで、1日来院の15～20人がこれを目的に来院します。

この中で「口臭」を訴える場合には、プロフ

レッシュというリンスをVセブンにつけて、つまようじ法を用い口腔内を丹念に磨きます。

プロフレッシュは、二酸化塩素製剤で、悪臭へ消臭有効範囲が広いことで知られています。

洗口前と比べ、洗口後は60%、5時間後で85%の消臭効果があります。

5～6時間が消臭効果のピークです。

通常につまようじ法でも、「4畳半が8畳に広がる」気持ちよさですから、無臭化リンスを使えば、口臭患者さんの訴えはほぼ解消します。

小畑先生がよく言われる“根面う蝕にはフッ素”と同じように、“口臭にはプロフレッシュ”という捉え方です。

さらに、マウスコンディショナーという粘膜専用のケア剤を用いて、上あごをはじめとする軟組織をマッサージしていきます。

おしゃれついでに、SOSOROという喉の奥にへばりついた菌の塊を取るうがい液がありますが、これも気持ち良いので仕上げで併用。

ビジュアルで汚れが見えますから、効果以上のすっきり感を患者さんに与えてくれます。

リンスもうがい液も高価なものですが、患者さんの訴えに応えるということと、半数近くの方が帰りに購入していただけるので、営業的損失もそんなにありません。

一番の利点は、「あの歯医者に行けば、口の中は丁寧に磨いてくれるし、臭いも消してくれる」という評価が得られることです。

前述した「口臭症」の場合は生半可な対応はせずに、専門医に依頼するようにして下さい。

私は近隣耳鼻科と提携して、鼻臭にも対応しながら口臭外来を行っています。

またメンタルな患者さんが多いので、「気にしすぎ」とかいう突き放し、責任回避は禁忌です。

口臭を訴える人は、認知を求めていますので、正直に「臭います」と答えるのが賢明です。

また従来の誤った常識、歯磨きのタイミングや

舌磨きは、まず歯科医師が改めるべきものです。

食後は、唾液が豊富できれいな状態ですから、化学薬品を含んだ歯磨剤などを付けずに、つまようじ法のみで清掃することを守ってください。

舌磨きは、器具を使うとやり過ぎて逆に傷つきますから、自分の前歯でこする程度と指導するほうが良いと思います。

生活習慣は日々変わってきています。

昔話も、今や10年ふた昔になるほどのスピードで変化しています。

それに身体も口の中も、対応していかないといけない時代になってきているのではないのでしょうか。

『口臭の克服は、紀元前500年前から人類の夢』

と言われております。

人類の夢を、適切な指導と、つまようじ法で叶えてあげたいと思いませんか？

本文中の商品について

プロフレッシュ・マウスコンディショナー

SOSORO

【輸入元】(株)アルファネット

03-3761-2811

【販売元】(株)エクセレントブレス

06-6715-5019

津野 敬一郎 (つの けいいちろう)

〔略歴〕

昭和36年5月7日生まれ

平成元年 福岡歯科大学卒業

同系統解剖学講座入局 助手

平成5年 中村歯科勤務医 福岡歯科大非常勤講師

平成7年 津野歯科医院勤務医 北九州助手学院講師

平成12年 つの歯科医院開設

会員医院訪問

永山ファミリー歯科



■医院概要

所在地：札幌市東区伏古7条
4-1-6

チェア：11台／面積：約120坪
スタッフ：25名（歯科医師6名、
歯科技工士3名、歯科衛生士6
名、歯科助手6名、受付2名、
事務長1名、他1名）
患者数：1日約80名

多様な患者のニーズに応える総合歯科クリニックで予防に取り組む

JR札幌駅から東に5kmほどの場所にある永山ファミリー歯科。昭和54年に開業され、現在ではスタッフ25名を抱える大型歯科クリニックとなり、地域の方の信頼を得て歯科医療に取り組んでおられる、院長の永山正人先生にお話を伺いました。

—3年前に医院のリニューアルをされたのですね

今回が5回目のリニューアルだったのですが、全体



のリニューアルと同時に、これからは予防の時代だということで、思い切って先行投資的に2台のチェア

を置いてケアセンターを作りました。つまようじ法を取り入れ、どうやれば患者さんが満足して、今の保険でも採算がとれるかということ、当時当院に勤務していた角館先生と相談しながら研究しました。成人の予防は保険で、子供の予防はキッズクラブというのを作って自費で行っています。

成人の予防については、治療が終わった患者さんに対してよい状態を長く維持していただくために3ヵ月とか半年に1回くらい来て頂くような仕組みにしています。治療のときからつまようじ法による術者磨きを採り入れることも必要かもしれませんが、当院では今のところ治療時は治療への対応で手一杯の状態です。予防へのシフトはこれからの課題ですね。

—リニューアルで工夫されたことは？

全体のリニューアルについては、患者さん約200名

からアンケートを取り、より患者さんが快適に通院していただけるクリニックづくりに努めました。例えば、チェアはオープンで仕切りだけのところもあれば、完全な個室もあります。初診時に患者さんにヒアリングをすると、完全個室を希望される方もいます。その場合には個室を使うというような配慮ができるようにしています。また、トイレも男女別に2つ作りました。

今は患者さんの要求は高度化、多様化してきています。我々の考えを押し付けるのではなく、できる範囲で患者さんのニーズに沿った治療を提供できるようにしたいと思っています。担当歯科医師も患者さんが変えて欲しい場合は申し出てくださいと受け付けに貼ってあります。患者さんのニーズ、要求することに徹底的に一緒に考えてあげることがうまくいっている原因の一つだと思います。また、歯科医師も私を含めて6名いますので、治療の引き出しがたくさんあることも大規模のメ리트ではないでしょうか。



—当会の理事の他、数多くの学会等の役職も務められ、また歯科医院経営に関するセミナーも開催されるなど、幅広く活躍されています

経営の勉強は面白いですよ。勉強することが趣味みたいになっているところがありますね。今は小樽商大の博士号をとろうと勉強しています。私は本当は歯科医は向いていなかったのではないかと思うことがあるんです。でも歯科医として生きていくために勉強して、自分自身の行動変容を行いました。歯科医院の

場合、小さい組織がほとんどですから、院長の考え方、行動次第ですべてが変わります。私は歯科医院のパフォーマンスを収支差額が右肩上がりになることと、患者満足度が高度に保てることの2つと定義していますが、このパフォーマンスを維持するには院長の考え方、行動が全てです。歯科医も大学で1年くらい経営の勉強をしたほうがいいと思っています。1年では足りないかもしれないですけど。

—25名の大所帯を維持・発展させていくのは大変だと思いますが、どのようなことを心がけておられますか



私も勉強してだんだん分かってきたんですが、任せられる部分はほとんど任せています。信頼して任せることによって

自覚と責任感が出てきます。上手く行けば褒めてあげます。

また、リーダーは尊敬されないとダメだと思います。いくらスタッフの教育をしても、院長が人格者でなければ気持ちよく働いてくれません。では、どうしたら尊敬されるか。まず1番目は、歯科医師としてプロフェッショナルであることです。歯科医師は専門家だから、専門家として尊敬されるような治療ができなければなりません。スタッフは院長の治療した結果を必ず見えています。この人に学びたいと思ってもらえるような治療ができること。これが第一です。もちろん、なんでもできるということではなくて、自分の守備範囲のことをパーフェクトにできればいいんです。

歯科の治療を私は単純系と複雑系に分けて考えていますが、若い先生には単純系を完璧にやれと言っています。単純系とは、卒業して2~3年でマスターできる治療内容。CR充填でも、インレーでも、それが完璧にできるようになれば尊敬されます。何も難しいことをやる必要はなくて、自分の守備範囲を決めたらそれをパーフェクトにできるようにする、それができた

ら少しずつ難しいものも増やしていく、という風にすればいいと思います。



2番目は、スタッフをかわいがることです。いつもいばっていたら尊敬されません。スタッフをかわいがる

というのは、具体的には、失敗したときにかばってあげることです。治療で失敗したときなどは叱りますが、ちゃんとカバーしてあげることで信頼関係が生まれます。

3番目は、困っているときに、よいサジェスションができることです。

4番目は、私生活をきちんとすることです。スタッフはリーダーをよく見えています。私生活をきちんとできない人はトップになるべきではないと思います。

—つまようじ法がもっと広まるにはどんなことが必要でしょうか

国民の歯科に対するイメージを変えることも大切ではないでしょうか。美容院とかフィットネスクラブに行くように、健康維持するためにこういうことが必要なんだよ。ブラッシングの運動を広めるような感じで。

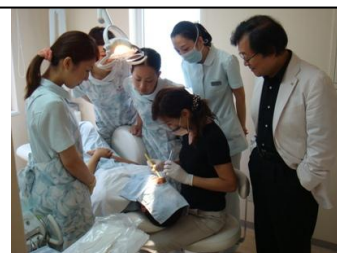
—来年の日本アンチエイジング歯科学会の大会長を務められるのですね

2011年5月21、22日に第6回学術大会が札幌で開催されます。その大会長を任されました。つまようじ法もまさにアンチエイジングではないかと思います。ぜひ皆様も北海道にお越し下さい。

永山 正人

(ながやま まさと)

1975年 日本歯科大学歯学部卒業。同博士課程修了
1975~79年 東京都立豊島総合病院歯科口腔外科勤務
1979年 永山ファミリー歯科開業、現在院長の傍ら北海道医療大学臨床教授



活動報告

6/13 予防歯科臨床セミナー(東京)



日時:平成 22 年 6 月 13 日(日)10:30~16:30

会場:東京八重洲ホール

参加者数:48 名

■講師

pmj 歯科診療所院長 黒瀬 真由美 先生

小畑歯科医院院長 小畑 文也 先生

6/13(日)に東京八重洲ホールにてセミナーを開催しました。32 の歯科医院、病院からご参加があり、そのうち会員医院が 6 件でしたが、後日 4 件の入会をいただきました。セミナー開催によって会員の皆様のお役に立つことはもちろん、お口の健康ネットワークの活動にご協力いただける方が少しでも増えればと考えております。今後ともご協力をよろしくお願いたします。



8/8 予防歯科臨床セミナー(札幌)



日時:平成 22 年 8 月 8 日(日)10:00~16:00

会場:札幌市教育文化会館

後援:北海道歯科産業株式会社

参加者数:36 名

■講師

小畑歯科医院院長 小畑 文也 先生

pmj 木町通デンタルクリニック院長 楠本雅子 先生

8/8(日)に、北海道歯科産業様のご後援をいただき、お口の健康ネットワーク主催としては 2 年ぶりの札幌開催のセミナーを行いました。

北海道ではまだ「つまようじ法」というブラッシング方法を聞いたことがないという方が大変多いので、今後とも定期的に開催できればと考えております。



事務局よりお知らせ

●今後の行事日程

H22年 月 日	内容	開催地	講師等	時間
9/11 (土)	理事会	浜松	—	18:00~20:00
9/12 (日)	お口の健康ネットワーク フォーラム		磯崎篤則 森田学	10:30~12:30
	第2回通常総会		—	9:45~10:20
10/17 (日) 11/3 (水・祝)	予防歯科臨床セミナー (2回コース)	大阪	黒瀬真由美 小畑文也	10:00~16:00

第5号の会報で事前告知していた9/11、12の宿泊研修会につきましては、諸事情により12日のフォーラムの開催のみとさせていただきます。日程を確保していただいた方には大変申し訳ございません。

また、既にご案内済ですが、現在、上記の2回コースのセミナーの参加者を募集しています。1回目の基礎編、2回目の実践応用編のどちらかのみでもご参加いただけます。

●総会の出欠ハガキのご返信をお願いします！

9/12(日)は第2回通常総会です。先日総会のご案内をお送りしましたが、まだ出欠ハガキのご返信をいただけていない場合は、至急ご返信くださいますよう、よろしく願いいたします。

●つまようじ法 DVD 制作中です！

制作が遅れておりますが、現在、新版つまようじ法 DVD を制作中です。以前より会員の皆様に配布しております DVD と比べて、術者磨きの部分などをより分かりやすく解説したものを提供したいということで、担当の理事の先生にご協力いただき撮影等を行っております。完成次第会員の皆様にお届けいたしますので、今しばらくお待ち下さい。

●ホームページ会員サイト制作中です！

前回の会報で7月頃完成予定といたしておりましたが、ホームページの会員サイトですが、こちらも制作が遅れており皆様にまだ開設のご案内ができておりません。大変申し訳ございません。現在サイトの準備と合わせて、会員サイト内での WEB 版症例検討会の開催を検討しております。会員サイトが完成次第ご案内いたしますので、ぜひ一度アクセスしていただければと思います。よろしく願いいたします。

(編集後記)

当会も第2期を終了しましたが、上のお知らせに書かせていただいた通り、予定通りできていないものいろいろとあり、事務局としても反省しております。第3期は会の運営も軌道に乗せ、どんどん実行していきたいと思っておりますので、今後ともご支援・ご鞭撻をよろしくお願いいたします。
(事務局/草野栄路)

お口の健康ネットワーク会報 Vol.6

2010年9月1日発行

発行：NPO 法人お口の健康ネットワーク

〒700-0953 岡山市南区西市541-1

TEL. 086-244-4692 FAX. 086-244-1351

<http://www.oral-health-network.jp>

E-mail : info@oral-health-network.jp