



お口の健康ネットワーク 会報

Oral Health Network Newsletter vol.10. 2012. 1. 1



歯肉出血を考える

NPO お口の健康ネットワーク
理事長 渡邊達夫

お口の健康ネットワークの活動にご理解とご協力をいただきまして、誠にありがとうございます。この NPO は皆様方の会費を原資にして活動しています。会員の皆さんは、一生自分の歯で食べられる日本を実現するために会費を拠出し、NPO に行動を託し、また、ご自身も医療を通して貢献しておられます。今後とも、会員各位の共通の目標を達成するために鋭意、努力を重ねていきたいと思えます。

さて、先日、メーリングリストに載っている会員の方には、アメリカの歯周病学会が、歯周病に対する考え方を 2010 年に急転換したという報告を紹介しました。かいつまんで書きますと、今まで歯周病を感染症として捉えて、その感染源対策(病原体の除去や環境の改善)をしてきたのですが、歯周病の症状は炎症の結果起こったもので、炎症を抑えることに主眼を置くようになった、というものです。今後、Van Dyke 教授たちの研究は、炎症を抑える治療法として抗炎症剤に向かっていくようです。その方向性は宿主の抵抗性の強化につながりますので、「つまようじ法」と同じコンセプトになります。そこで今日は、宿主の反応、歯肉出血を考えてみようと思えます。

出血には外出血と内出血があります。内出血は血液が血管外に出るのですが、上皮がしっかりしているから内出血です。外出血は上皮が潰瘍を起こしているから、血液が体の外に出てくるのです。ブラッシング時の出血は外出血です。歯周ポケットが潰瘍を起こしています。歯周病の激しい人の場合、歯周ポケット内上皮は掌ぐらいの潰瘍面があるともいわれています。潰瘍面はバイオフィームと言う歯垢のヌメリ状物質と接しています。歯周ポケット内は嫌気性の条件になっていて *Porphyromonas gingivalis* や *Aggregatibacter actinomycetemcomitans* の棲みかになっているのです。これらの歯周病原菌は毒性の強い菌体内毒素を持っています。だから、歯周病原菌を殺す方法や取り除く方法を考えてきました。しかし、これらの細菌はいずれも血液との関連で生息していますので、出血している部位に出現するのです。その部位に血液成分が無くなると歯周病原菌は栄養が遮断され、生きていけなくなります。スクレーピングやルートプレーニングをしても、歯周ポケットに血液成分が滲出する限り、歯周病原菌の恰好な棲みかになるのです。歯周ポケット上皮ができて、血液成分が無くなれば歯周病原菌は姿

を消します。

「つまようじ法」を実践しますと、1 - 2 週間でブラッシング時の出血はなくなります。その結果、歯周病原菌は歯周ポケット内で劣勢となり、菌体内毒素の影響は減少します。「つまようじ法」によって歯周ポケット内上皮細胞は増えてきますし、線維芽細胞や血管内皮細胞も増えます。「つまようじ法」の理論を十分理解していれば、歯肉出血を止めることができます。

臨床的に歯肉出血は歯周病の活動性を表しています。ブラッシング時の出血やプロービン

グ時の出血がある人は、歯周病が活動期にあると考えられます。したがって歯肉出血がある間は歯周治療が必要です。歯周病が静止期になればメンテナンスと言う時期に入ります。メンテナンスに入る時期や再治療を始める時期の決定には歯肉出血が判断基準になります。

歯肉出血は、いわゆる歯周病原菌の生息する必要条件であり、歯周病の活動性を表し、歯の危険信号であると捉えて日常臨床に臨むと歯周病治療も変わってきます。

●今後の行事日程

H24年 月 日	内容	開催地	講師等	時間 (予定)
1/29 (日)	予防歯科臨床セミナー 2回コース (1回目)	大阪	黒瀬真由美 小畑文也	10:00~16:00
3/4 (日)	予防歯科臨床セミナー 2回コース (2回目)			10:00~16:00
4/8 (日)	理事会	岡山	—	9:00~12:00
	会員向け研修会 「歯周病のパラダイムシフト」	岡山	渡邊達夫	13:30~16:00
4/21・22 (土・日)	予防歯科臨床セミナー 2日コース	東京	黒瀬真由美 小畑文也	4/21: 15:00~19:00 4/22: 9:00~15:30
9/8・9 (土・日)	理事会 第4回通常総会	未定	—	—

- 1月29日(日)のセミナーは残席僅かとなっております。参加お申込の場合はお早目をお願いいたします。
- 4月8日の会員向け研修会の詳細は、同封の告知チラシをご覧ください。
- 6月以降でセミナーの企画も別途検討しております。詳細が決まり次第ご案内いたします。

●事務局からのお知らせ

・会費納入について

今年度(H23年8月~平成24年7月期)の年会費をお納めいただいた会員の皆様、ありがとうございます。まだお納めいただいていない場合は、早めに納入くださいますよう、お願い申し上げます。

診療室訪問

医療法人 ウェルネス
小畑歯科医院



■診療室概要

所在地: 和歌山市福島 324-1
 チェア: 9 台
 スタッフ: 25 名 (Dr6 名、DH13 名、助手 3 名、受付 3 名)
 診療時間: 9:00~12:00、14:00~18:30、休診日: 土曜午後、日、祝日
 患者数: 1 日約 90 名

今回は和歌山の小畑歯科医院に訪問し、院長の小畑文也先生にお話を伺いました。小畑歯科医院には先日、韓国からの「つまようじ法」見学団が訪問されましたので、その時の様子も写真で紹介いたします。

—つまようじ法をやると自動的に患者が増えるとのことですが、なぜそうなるのでしょうか



▲診療風景

当院では、来院患者の約 4 割がつまようじ法を中心としたメンテナンスの患者さんです。メンテナンスが続かない人もいますが、ベテランの歯科衛生士担当の患者さんは 10 年以上続けている人も多くて、あまり途切れません。続く人だけ残っているというのもあるかもしれませんが、リコール率は 90% 以上です。毎日新患も数人來られますので、自動的に患者は増えていくんです。開業から 14 年間は 3 台だったチェアが、今では 9 台になりました。

メンテナンスを始めたばかりの人は何回か中断を繰り返して、だんだんと目覚めていく感じはあります。その過程では、また続けてきてください、というくらいにほどほどに勧めます。ヘルスプロモーションでいうところの「唱導」です。何度も言い続けることによって、その人を変えて

いくことにつながります。すぐ変わる人もあれば、何度も中断して、そのうちふと気づいて、急にブラッシングも上手になったりすることもあります。何回でどれくらいの人が目覚めるかというのは分かりませんが、そこは辛抱強く、気づきを待つしかないと思います。また、私達歯科医院側の真剣さを見せることも大切だと思います。患者さんにしてみれば、「一生懸命やって信用できそうだから、一度付き合ってみようか」と思ってもらえばいいと考えています。



▲韓国から見学に来られた歯科医、歯科衛生士の方へのブラッシング体験

—15 年前から医院新聞を発行されているとのこと

院内で編集した手作り新聞を、直近に受診した人を中心に、3 千世帯を抽出して発送しています。あまり増やすと郵送料が大変なので、3 千部にしています。この医院新聞の発行は、集団の健康管理の一環として捉えています。私の取り組んでいる集団の健康管理は、学生時代にやっていた予防歯科活動が原点ですが、自分の診療所が、歯や口の健康に関する地域のミニ保健所になればというイメージです。中には障害者の人もいれば、寝たきりの人や在宅者もいますが、全ての人に歯

に関するプライマリヘルスケアを提供したいと考えています。もちろん当院で対応できないところは、専門医に紹介します。地域の一次医療機関として、できることをやるという意味です。最初はフッ素から始めましたが、本当にムシ歯を減らすんだという気持ちで始めましたし、その心意気が大事だと思います。医院新聞は、その集団の健康管理の一部であり、宣伝ではありません。この新聞を読めば、家庭でできる予防方法など最新の健康情報が得られるというようなものを目指しています。そしてもしも病気になったり痛くなったりしたら、近所の歯医者に行ってください、もちろん当院に来てくださっても結構ですよ、というようなスタンスです。実際は 1 面、2 面の真面目な記事より、4 面の近況報告が面白いと言われるかもしれませんが（笑）。



▲韓国見学団に小畑院長よりつまようじ法の解説。月 1 回の院内ミーティングもこの部屋で行っています。

—つまようじ法を上手に導入するコツは？

愚直にまねをすることが一番の近道だと思います。技術的には患者さんが喜んでくれて、結果も出るのでどんどん上達します。時々我流になってくる場合があるので、定期的に訪問実習等も受けるようにしています。

また、歯科衛生士を大切にすることもポイントだと思います。予防や健康管理では歯科衛生士のほうが能力はあるはずですから、それを信頼して任せています。歯周病は国民の多くが罹患していますから、集団の健康管理は歯科医より歯科衛生

士が対応するべき。そこから漏れた重度歯周病患者は歯周病科に回せばいいという考え方です。

—訪問口腔ケアにも熱心に取り組まれています

つまようじ法によって、経営が安定・向上して、職員の待遇も改善させることができました。最近の職員の退職理由は出産や育児か、ご主人が遠方に転勤するというのがほとんど。育児が一段落するとまた働きたいと言って戻ってきてくれます。それで職員数が増えてしまったといういきさつもありますが、近年訪問口腔ケアなどへのニーズが非常に高く、もともと障害者歯科もやっていた関係で、そちらの方面が伸びていきました。つまり、つまようじ法で経営基盤がしっかりしたので、ライフワークと思ってやっていた障害者歯科や、歯科往診に力を割けるようになったわけです。現在障害者歯科の認定医も二人在籍しています。

最近はこの病院でも口腔ケアのニーズは高いのですが、依頼するところがなくて困っているケースが多いようです。私達開業医がより積極的に対応すべきだと思います。つまようじ法の術者磨きは往診でもできます。さらに言えば、歯科界全体として、健康管理や健康教育などに対する取り組みをもっと推進すべきだと考えています。



▲韓国見学団との集合写真

小畑 文也（こばた ぶんや）

昭和 27 年 和歌山県生まれ
 昭和 52 年 岐阜歯科大学卒業
 昭和 52 年 和歌山県立医科大学歯科口腔外科学講座入局
 昭和 56 年 国保橋本市民病院歯科口腔外科医長
 昭和 58 年 小畑歯科医院開業
 平成 12 年 医療法人ウェルネス小畑歯科医院に改組

●活動報告

朝日大学社歯研OB会合同講演会

日時:平成 23 年 9 月 11 日(日)10:00~12:00

会場:グランヴェール岐山(岐阜)

参加者数:42 名



■演題 I

「歯科医院経営のマネーagement的投影
— 予防歯科で成功するための視点 —」

講師 永山 正人 先生

(永山ファミリー歯科院長)



■演題 II 「予防歯科臨床から臨床研究へ」

講師 角舘 直樹 先生

(京都大学大学院医学研究科医療疫学分野 特定講師)

朝日大学社歯研OB会と合同で講演会を開催いたしました。朝日大学OBの先生方にも多数参加いただき、盛大に開催することができました。

第 6 回理事会

日時:平成 23 年 9 月 10 日(土)16:00~18:30

会場:朝日大学大会議室

出席者数:13 名

■報告事項

- ・会員数
- ・事業報告
- ・決算報告
- ・東日本大震災復興支援報告

■審議事項

- ・保険担当理事の承認
- ・平成 23 年 7 月期決算承認
- ・平成 24 年 7 月期事業計画承認
- ・平成 24 年 7 月期予算承認
- ・認定歯科衛生士の承認
- ・東日本大震災の復興支援
- ・次年度総会日程
- ・その他

第 3 回通常総会

日時:平成 23 年 9 月 11 日(日)12:00~12:45

会場:グランヴェール岐山(岐阜)

出席者数:171 名(うち表決委任者 156 名)

■審議事項

- ・保険担当理事の承認
- ・平成 23 年 7 月期決算承認
- ・平成 24 年 7 月期事業計画承認
- ・平成 24 年 7 月期予算承認
- ・東日本大震災の復興支援
- ・次年度総会日程

・総会にて承認され、中村宗達先生、木村康裕先生が新たに理事に就任されました。

※理事会・総会の議事録は先日お送りいたしましたが、会員専用サイトにもアップしております。

市民公開講座「あなたの歯周病、治りましたか？」

日時：平成 23 年 9 月 11 日(日)14:00～15:30

会場：グランヴェール岐山(岐阜)

参加者数：70 名

■講師 渡邊 達夫 先生

■司会 磯崎 篤則 先生

渡邊先生のご講演のあと、お口の健康ネットワーク認定歯科衛生士などによるブラッシング体験を行いました。



予防歯科臨床セミナー（2 回コース）

日時：1 回目(基礎編)

平成 23 年 10 月 16 日(日)10:00～16:00

2 回目(実践・応用編)

平成 23 年 11 月 6 日(日)10:00～16:00

会場：千里ライフサイエンスセンター(大阪)

参加者数：1 回目 47 名、2 回目 46 名

■講師

pmj 歯科診療所 黒瀬真由美 先生

小畑歯科医院 小畑文也 先生



(編集後記)

新年明けましておめでとうございます

岡山市の黒瀬真由美先生は宮城県亘理町へ頻繁にボランティアに行かれています。私も昨年 7 月に同行させていただき、100 軒くらい集合している仮設住宅に行く機会がありました。Dr と DH でチームを組んで数班に分かれ、1 軒 1 軒ノックして歯に関するお困りごとをお聞きし、むし歯予防にフッ素洗口を紹介したり、歯ブラシ、義歯ブラシや洗浄剤、フッ素入り歯磨剤などの配布を行いました。

そこでも「ちょっと磨かせてください」と声をかけてつまようじ法術者みがきを活用。訪問に怪訝そうな顔の方もブラッシングが終わると「スッキリした、気持ちよかった」「来てくれてありがとう」とニコニコ顔に変わり、私自身とてもうれしい経験でした。つまようじ法ブラッシングは、皆さまに喜んでいただけ好評でした。歯科医院内だけでなく、在宅や病院の口腔ケア、公衆衛生の場、全国に、広まっています。

昨年発足した認定歯科衛生士制度は、現在 53 名が登録されています。次回は 4 月理事会にて第 3 回認定歯科衛生士が承認されます。登録申請受付を行っていますので、詳細がご不明な方は事務局までお問合せください。

今年もどうぞよろしく願いいたします。(歯科衛生士/長浦寛子)

震災後初めてのお正月を迎えました。皆様も様々な思いで 2012 年を迎えられたのではないのでしょうか。私はここ最近ほぼ毎年、初日の出を見に行きます。今年は、最初赤い光が射して 4 分の 1 ほどの太陽が見えたのですが、数分後にはその上の厚い雲で隠れてしまいました。そのわずかに見えた光が今を象徴しているように感じました。

(事務局/草野栄路)

お口の健康ネットワーク会報 Vol.11

2012 年 1 月 10 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