

一生自分の歯で食べられる社会を目指して・・・



お口の健康ネットワーク 会報

NPO Oral Health Network Newsletter No.32 2017. 11. 25



エビデンスを理解するのは難しい

森田 学

岡山大学大学院医歯薬学総合研究科 予防歯科学分野

EBM (Evidence Based Medicine) という言葉は、多くの方がご存知と思います。「根拠に基づく医療」と和訳されています。ところが、我々が当然当たり前と思っていることでも、「何故?、根拠は?」と聞かれたら、答えられない事をよく経験されているのではないのでしょうか。また、最近感じるのは、提示された根拠情報が自分の信じることと異なるために、反射的に拒絶して、記憶にとどまらないこともあるのではないのでしょうか。今回、後者に関する話題を幾つか。

米国の食事ガイドラインから、デンタルフロス推奨の項目が削除されました。過去 10 年間に実施された 25 件の研究のデータについて検討したようで、対象とした研究の多くは、歯ブラシを単独で使用した場合とフロスを併用した場合を比較したものでした。いずれの研究も、う蝕の予防や歯肉炎の予防に関して、フロスの使用を支持するエビデンスは弱く、信頼性は極めて低いものであり、質も非常に低いとの事が、その理由のようです。「**Dental floss, waste of time?**」と、手厳しい論調の情報がインターネットで流れました。この事がある会合で話した際の反応は、全員「エー? 嘘だ!」、なかなか信じてもらえませんでした。多分、そのまま忘れ去られるでしょう。

会員の皆様は、デンタルフロスの話をすんなり理解していただけたのではないのでしょうか。「つまようじ法」は歯垢を除去して歯周病予防を図るのではなく、むしろ歯肉マッサージで予防を図る方法であるからです。そうです、**歯垢を除去することが必ずしも予防に直結しない事実が**、デンタルフロスにも当てはまる事が示されただけなのです。ところが、いつまでたっても歯垢除去で凝り固まった考えの歯科医師・歯科衛生士にとっては、アメリカ発デンタルフロスの情報は、受け入れがたく、理解に苦しむだけのものでしかありません。本来、客観的なエビデンスを作るのが最も難しいと思いますが、エビデンスを理解し、自分のものにするだけでも難しいのです。思い込みという壁が理解を邪魔するのですね。

さて、小心者の我が身からすると、学生向け教科書にはどのように書いたのか少し不安になり、再度見直してみました。“アメリカ発”という言葉に弱いのです。その結果、私が執筆した教科書、私以外の先生が書かれた教科書いくつかを参照しても、「歯間部の清掃にはデンタルフロス」と書かれておりますが、「う蝕や歯肉炎の予防にデンタルフロス」と明記しているのはありません。デ

ンタルフロスの効果について、根拠としては弱いことを何となく感じていたのでしょうか。「役に立つことは書いていないが、嘘も書いていない」と、やや安堵しております。

もちろん、反対意見が米国歯科医師会から出ています。デンタルフロスを正しく使えていない、歯間部の広い人が研究対象として入っているのではないかと（歯間部の狭い人だけで調べたら効果があったはず）、デンタルフロスを使わなくてもよいという事では無い、等々。皆さんは、どうお考でしょうか？米国からの情報を 100%鵜呑みにする必要はありません。日常の臨床経験をふまえて、自身の考えで患者さんに指導したいものです。

さて、もう一つの思い込みについての主役がストレプトコッカス・ミュータンス。ご存知の通り、ムシ歯菌として確固たる地位を築いています。酸産生の機序、菌体外多糖の生成過程など、その菌を詳細に遺伝子レベルまで調べ論文として発表したことで、多くの教授が誕生しました。それを否定するつもりは毛頭ありません。ただ、ある研究によると、ミュータンス菌数が歯垢中の総細菌数に占める割合は、0.0001～0.01%程度です。単純に考えると、かくも稀な“少数派”細菌が、硬いエナメル質を溶かすのは、にわかには信じ難いのです。また、“ネバネバとした糊のような”と形容される菌体外多糖は、グルコシルトランスフェラーゼという酵素で生成されます。この酵素を持つ細菌は、ミュータンス菌以外にも沢山あります。もちろん、殆どのストレプトコッカスは、糖から酸を産生します。これらは、すべて有名な国際誌で発表されたエビデンスです。何が言いたいのかというと、ミュータンス菌だけがう蝕を作る菌では無い、さらに極論すれば、**ミュータンス菌はう蝕に関しては脇役**では、という推測です。しかし、科学はシンプルほど結果を得やすいことから、う蝕活動性試験はもとより、歯垢形成、母から子への伝播についても、ミュータンス菌を基軸に研究されています。おそらく、今でもミュータンス菌に対するワクチン開発を進めている研究者もいるでしょう。いい加減、別のアプローチを考えないといけない時期に来ているのではないかと思います。しかし、「ミュータンス菌から卒業」と、読者の先生は簡単に改宗できますか？診療室で使われているう蝕活動性試験を考え直すことができますか？

以上述べたことは、それこそ私の思い込みです。自分で理解できないエビデンスは信用せず、理解できるエビデンスのみ信用しているという、たちの悪い思い込みかもしれません。読者の皆様におかれましては、常に批判的な眼力で、大学人や商業雑誌の提示する情報を注視してくださいませようお願いします。

あなたは理解できますか？

1. デンタルフロスを使うのは時間の無駄
2. ミュータンス菌はムシ歯発生の主役ではない
3. 歯垢を除去すること≠病気を予防すること

活動報告

お口の健康ネットワークセミナー

●ベーシックコース

日時:平成 29 年 6 月 18 日(日)10:00~16:00

会場:新梅田研修センター(大阪)

参加者数:42 名

◇講師

小畑文也、山本龍生、宗形信司



日時:平成 29 年 7 月 9 日(日)10:00~16:00

会場:KFC ホール(東京)

参加者数:24 名

◇講師

小畑文也、山本龍生、宗形信司

●アドバンスコース

日時:平成 29 年 10 月 1 日(日)10:00~16:00

会場:KFC ホール(東京)

参加者数:7 名

◇講師

友藤孝明

◇症例発表

宗形信司

小林雅之(こばやし歯科)

山口一朗(山口歯科医院)

◇MC

津野敬一朗



日時:平成 29 年 10 月 29 日(日)10:00~16:00

会場:新梅田研修センター(大阪)

参加者数:26 名

◇講師

友藤孝明

◇症例発表

多田徹(わたなべ歯科クリニック)

横田麻美(ほんだ歯科)

小濱裕幸(こはま歯科医院)

◇MC

津野敬一朗



第 18 回理事会

1. 日時 平成 29 年 10 月 14 日(土) 15:00~18:00

2. 場所 朝日大学歯科衛生士専門学校

3. 開会 定足数報告

出席理事:13 名(うち書面表決 4 名)

4. 理事長挨拶

5. 議事録署名人選出

6. 報告事項

6-1. 会員数

6-2. 事業報告

6-3. 決算報告

6-4. 認定医療機関の状況報告

6-5. 第 2 回お口の健康フェスティバル実施報告

6-6. その他

7. 審議事項

7-1.定款 遵守と変更

7-2.役員について

7-3.平成 29 年 7 月度決算承認

7-4.平成 30 年度事業計画承認

7-5.平成 30 年度予算承認

7-6.認定歯科衛生士の承認

7-7.認定制度

7-8.理事会及び総会開催の時期・場所の変更

7-9.その他

議事録は会員サイトにアップしています。

第 9 回通常総会

日時:平成 29 年 10 月 15 日(日)9:30~10:20

場所:朝日大学 1 号館(岐阜県瑞穂市穂積 1851)

出席者数:292(うち表決委任 279)

議事録は会員サイトにアップしています。

認定医療機関教育講演

『歯周治療における宿主強化療法と「つまようじ法」』

日時:平成 29 年 10 月 15 日(日)10:30~12:00

会場:朝日大学 1 号館

講師:友藤孝明



第 2 回お口の健康フェスティバル(くちフェス)

日時:平成 29 年 10 月 15 日(日)13:00~15:30

会場:朝日大学 1 号館

参加者数:71 名

司会:旭 律雄

講師:磯崎篤則、小畑文也、黒瀬真由美



改定 認定医療機関 申請・更新について

認定委員会:委員長 津野敬一郎

10月14日理事会に於いて下記規約の承認があり、その結果何点か変更致しました。認定医療機関に関係する方は内容をご確認ください。平成29年10月15日より施行で、今までに習得した要件はそのまま運用出来ます。

【申請について】 下線部が変更点です。

認定証は、試験合格・全ての要件が揃い、理事長・理事・委員会の承認後、随時発行

●筆記試験

年1回行われる「教育講演」を受講し、筆記試験を受ける 合格は5年間有効

●要件1

- 1 お口の健康ネットワーク会員歴 5年
- 2 申請時に 団体会員（それまでは個人会員であっても構わない）
- 3 推薦理事の推薦書が必要

●要件2

- 1 申請前5年以内に ベーシック&アドバンスのセミナー受講済み
- 2 申請前5年以内に 訪問実習を受講済み

●要件3

- 1 本会主催研修会(春・秋)において 申請前5年以内に2回以上参加
- 2 訪問実習内容
 - ・単独訪問実習:従来の形式
 - ・合同訪問実習:2~3歯科医院 15名程度 事前申請必要(全てがOKではない)
- 3 訪問実習理事
 - ・訪問実習は訪問指導理事でなければならない

【更新について】 大幅に変更しました。

下記要件1~3で任意の15単位を取得したうえで、要件4は必須です。

●要件1 春または秋の本会主催研修会に参加 1回5単位(最低1回の出席必要)

*5年間で10回開催の中3回の参加で15単位取得できる

●要件2 くちフェス・セミナーの口演演者・座長 1回10単位

*管理者1名・歯科衛生士2名以上が演者とならなければいけない

●要件3 地域保健活動・市民講演・歯科医師会講演 などの演者 1回10単位

*事前申請必要 つまようじ法に関する内容に限る

●必須要件4 訪問実習 更新日の半年前より受け付ける 訪問指導理事

- ・単独訪問実習:従来の形式
- ・合同訪問実習:2~3歯科医院 プレゼン+実習+ディスカッション
- ・くちフェス講演:管理者+歯科衛生士2名以上

【訪問指導理事】

*29年10月~30年9月までの訪問指導理事は、10月14日実施の訪問実習研修会に出席した理事とします。毎年10月に更新します。

磯崎・小畑・旭・楠本・津野・宗形・友藤・長浦(理事長同行) の各理事

◇認定歯科衛生士登録について

以下の会員がお口の健康ネットワーク認定歯科衛生士として登録されました。

能登 茉莉花 (小樽市) 伊藤 恵理子 (仙台市) 長 島 聡 子 (北九州市)

大 泉 涼 香 (徳島市) 桑 田 知 佳 (仙台市)

小 野 美 咲 (仙台市) 伊 勢 瞳 (仙台市) (平成 29 年 4 月承認分、登録順)

現在登録されている認定歯科衛生士は、222 名となりました。皆様の益々のご活躍を期待しております。

◇今後の行事日程

平成 30 年 月 日	内容	開催地	講師等	時間 (予定)
4/15 (日)	第 19 回理事会	高松	—	9 : 00 ~ 11 : 00
	第 3 回お口の健康フェスティバル			11 : 00 ~ 16 : 00
6/3 (日)	お口の健康ネットワークセミナー 基礎編	大阪	黒瀬真由美 小畑文也 友藤孝明	10 : 00 ~ 16 : 00
7/1 (日)	お口の健康ネットワークセミナー 応用編	大阪	津野敬一朗 友藤孝明	10 : 00 ~ 16 : 00
9/2 (日)	お口の健康ネットワークセミナー 基礎編	東京	黒瀬真由美 小畑文也 山本龍生	10 : 00 ~ 16 : 00
10/13 (土)	第 20 回理事会	岐阜	—	未定
10/14 (日)	第 10 回通常総会		—	未定
	第 4 回認定医療機関教育講演		友藤孝明	未定
	お口の健康ネットワーク研修会		未定	未定
10/28 (日)	お口の健康ネットワークセミナー 応用編	東京	津野敬一朗 山本龍生	10 : 00 ~ 16 : 00

・セミナー等の詳細な内容は別チラシ等にてご案内いたします。また、随時ホームページにもアップいたします。

(編集後記)

先日第 9 回通常総会が無事終了し、新年度の事業もご承認いただきました。ありがとうございました。現在事務局は岡山にあります。岐阜におられる磯崎理事長と連絡を密にとりながら業務を行っております。今後とも事務局一同、本会発展のお手伝いができるよう、誠心誠意取り組んでまいります。会員の皆様のご理解・ご協力をよろしくお願い申し上げます。(事務局/草野)

お口の健康ネットワーク会報 No.32

2017 年 11 月 25 日発行

発行：特定非営利活動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. 086-250-2531 FAX. 086-250-2532

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

会員専用サイト：http://www.ohn-member.com

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