

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.36 2019. 3. 25



記録の効果

伊佐津 和朗

いさつ かずお

いさつ歯科医院 院長（長野県安曇野市開業）
お口の健康ネットワーク理事

初診時の問診票に『歯医者には怖くてキライです。』などと、初対面の人間に喧嘩を売るような事を書きながっていた（笑）おばあちゃんが、担当衛生士に近況報告をマシンガントークで繰り出し、静かになってきたなと思ってみればV7のメンテナンスをうけながら大口あけて爆睡していたりするのを見るにつれ、『つまようじ法』ってやはりいいもんだな～とほっこりして、いつまでも現場で患者さんと関わっていきたいという思いも強くありますが、昔のように無理が効かなくなり、見えているものも何だか怪しげになってくると、あと何年歯科医師としての人生を送る事が出来るのかを少し考えるようになりました。

振り返れば歯科を生業として30年、つまようじ法を知ってほぼ10年経過しましたが、これは丁度自分が当時88キロあった体重を現在の60キロまで減量した頃とかぶります。

スタートから脱線気味な話で申し訳ありませんが、このあたりはどうも自分の芸風らしいので皆様諦めてお付き合い下さい。さて当時約3ヶ月で30キロ減と結構急激に体重を落としたものですから、昔から通っている患者さんは驚かれます。だいたい受付で『先生、お体壊されたんですか？』と（笑）。で、意図しての減量と知るや『どうやって？』となります。この減量には『いつまでもデブと思うなよ岡田斗司夫（新潮新書）』にある『レコーディングダイエット』という方法を用いました。さっくりまとめてしまうと、自分が飲んだり食べたりしたものを、ただひたすら記録して行くだけなのですが、自分には相性が良かったのか、上記のような結果が手に入った訳です。そして現在もこの習慣は継続しており、基本的に飽きっぽい性格の自分がこれを続けていられるという事は、やはり、継続が必要なものに記録は欠かせないというひとつの証明になりますまいか。

さて、ここで本題に。患者さんの情報を記録するものには、問診票から始まり、レントゲンやポケット測定、様々な検査が考えられます。ここで特に『歯科』を特徴付け、我々専門家と患者さんがかなり近い情報を共有し、一番効果的な記録に『口腔内写真』があると思っています。もちろん当院ではポケットの測定値などは、その都度印刷して渡していますが、どうしても検査値だけだと、その検査値に

ついて最初からある程度きちんとしたデータを読み取る力も必要とされますから、これから長い道のりを一緒に歩いて行くかもしれない初心者には少しハードルが高いのではないのでしょうか。

また、一通りの治療を終えて、メンテナンスに入りながらも何となく、中だるみ感を感じた患者さんに初診時の写真と比較して見せたり、フェードアウトしてしまった患者さんに現在の写真とフェードアウト前の写真を見せたりすることでまたもとのレールに乗って走り直してくれる事は多いようです。

そんな『継続』をキーワードに考えた際、ほぼ毎日、診療前後の時間に誰とはなく口腔内写真を眺めている時に発見する事も数知れず、もしかすると今まで参加して来た（つまようじ法を除く）どのセミナーより勉強になっているのではないかとも思います。それ以外にも（またまた少し脱線しますが）下顎前歯部のスケーリングに際し、充分説明をして行ったにも関わらず後で『そちらで何だか女の子が歯を削ったようで前歯がすかすかしてしまいました。どうしてくれる。』的なクレームを持ってその家族が乗り込んで来た時、あるいは上顎の7番が近遠心的に破折し、抜歯に至った症例で後日抜歯の必要性を問われた時も術前の口腔内写真一枚が全て難なく解決してくれたなど、自分の歯科人生に欠かせないものであります。

さて、そんな中で出会った『つまようじ法』については、まずこのネーミングに至った経過、つまり今まで治療に関して技術の習得ということであれば『根管治療に王道なし』のように、ある意味ギルドの内側にいる先人達が自分の関わっている仕事を神秘化、あるいは斯界の権威といわれる方がその地位を聖域として保ちたい、その分野に於いて神秘の術を使う魔術師として遇してほしいからか、どこことなく閉鎖的な香りのする集団を形成しがちな印象が拭えませんでした。これとは全く正反対の、出身大学や上記の聖域にコダワラない『一生自分の歯で食べられるように』という患者さんへの思いから来るものであることを知り感動し、ついつい自分の得意分野のみ掘り下げ、特定の枠組みの中で小宇宙を完結させる作業にのめり込みがちな自分に『その先に幅広い視野を持つ事の重要性』を実感させてくれました。

例えば人を『広まる人』と『深まる人』と分類したとすると自分は多分後者。これは、たまたま奥様に珈琲なぞ淹れてあげたところ、普段家の事など何もしないと思っていた貴方の行動に感激して『貴方の淹れてくれた珈琲は美味しいわ!』と言われた後、『そうか、珈琲位でこんなに喜んでくれるなら今度はお皿でも洗ってあげようかな・・・』となるのが広まる人。『そうか、僕の淹れた珈琲はそんなに美味しいのか・・・』と翌日大きめの焙煎機なぞ買い込んでくるのが『深まる人』・・・のめり込む方法を間違えなければそれなりの結果が出るように頑張れるタイプなのではないかという事が言いたいのに、また脱線しました。

で、これからはつまようじ法を導入して、それなりの症例写真が集まっていますので、それらをうまく活用してつまようじ法の普及に役立つようなお手伝いが出来ないだろうかとか、つまようじ法の症例写真集を片手に歯科医師の孫に延々と自慢話を語ってきかせて迷惑がられるのも楽しいかなとか・・・まだまだ頑張れそうな気になってきました。



Member's Column



藤井 和夫

名古屋市天白区 わくら歯科クリニック 院長

■つまようじ法を導入するきっかけ

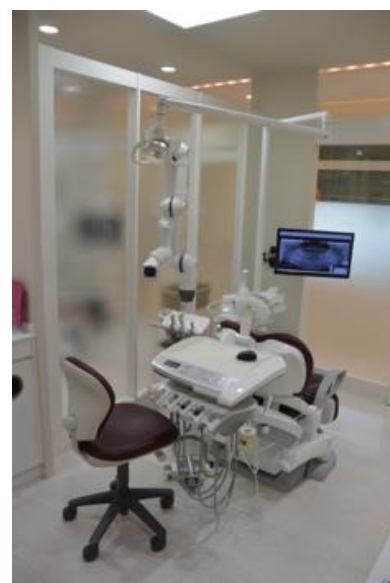
私は歯科医師国家試験に合格後、臨床研修医を経て大学院の保存修復学講座に進みました。親の歯科医院を継ぐというかたちで地元の名古屋に帰ることになったのは院修了後すぐ、卒後 6 年目のことでした。

当院は名古屋駅から電車で 30 分ほどの住宅街の中にあり、当然周りにも歯科医院は数多くあります。そんな状況で、果たして一般歯科だけで生き残っていけるのか。多少の不安もありましたが、大学病院でたくさんの症例を経験したことで、ある程度のスキルは習得したと自負していました。ところが、意気揚々とリニューアルオープンしてみると非常に厳しい現実を突きつけられたのです。患者さんが来ないのです。この先、どうしていこうか。頭が真っ白になり、絶望感に打ちひしがれました。

そんな時、和歌山市のウェルネス小畑歯科医院で働く友人と話す機会がありました。彼は「僕の勤務先では毎回患者さんに歯磨きするよ。歯ブラシと歯科衛生士の力はすごいよ！予防歯科に興味ある？びっくりするよ。」というのです。そこで半信半疑ながらも医院見学させてもらうことになりました。

そこで目にしたのは、まさに青天の霹靂ともいえる光景でした。10 台あるチェアへのほとんどを歯科衛生士が占め、患者さんにブラッシングをし

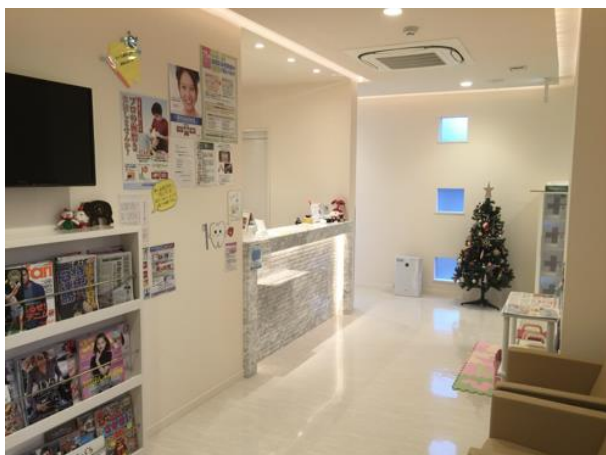
ていたのです。しかも楽しそうに会話をしながら。それまで私自身、歯科医院は閉鎖的で怖く、好んで行くようなところではないと考えていました。ましてや、笑いながら治療を受けるなんて、想像だにできなかったのです。今まで学んできたことを覆されたような気持ちでした。その瞬間、絶対に予防歯科、つまようじ法を導入しようと決めたのを今でも鮮明に記憶しています。



■当院でのつまようじ法の実際

元々当院は両親二人で診療しており、なかなか予防まで手が回っていない状態でした。まずは、今まで来てくれていた患者さんに予防の大切さを伝え、納得してもらうことから始めました。患者さんによっては、来院回数が増えるためなかなか理解してもらえず、中には来なくなってしまう方もみえました。

しかし、小畑先生が常々「地域住民の歯は僕等が守る。口腔を通じて健康を支え、QOL 向上の手助けをするんだ」と仰っていたのを励みに、いつか解ってくれると思いながら伝え続けました。



そのかいあって、最初は治療目的で来院していた患者さんも、半年ほどたつと徐々につまようじ法を中心とした歯周病治療を受け入れるようになってきたのです。具体的なやり方としては、小畑歯科医院の導入方法を参考にしました。毛先の当て方、患者さんへの説明の仕方、初診時に1本V7を渡すなど可能な限り忠実にまねをし、自己流にならないように心がけました。

つまようじ法を導入してから、歯磨きをしてくれる歯医者さんは初めてですとよく言われるようになりました。ブラッシングをしていくと、患者さんの意識が目に見えて変化していくのがわかります。歯肉がマッサージされているようで気持ちがいい、口腔内がスッキリして軽くなったような感覚になる。また歯磨きそのものが楽しくなったと仰る方もいました。歯肉の出血、腫脹の改善はもちろん、歯肉の色まで健康的に変化していく様子を私を含めスタッフも本当に驚きました。歯磨きは生きていく上で必要なものです。V7による毎日のブラッシングが少しでも楽しい習慣になれば良いかなと思います。

また、治療を行う場合でもコミュニケーションを取りながら丁寧に進めることが出来るので、患者さん自身が前向きに参加してくれるようになりました。

歯科衛生士さんもやりがいを感じ、楽しく、意欲的に働いてくれているように感じます。そもそも、予防中心となったことでいわゆる削ったり抜いたりする治療自体がずいぶんと減りました。それに伴い、技工料や材料費も減少しています。つまようじ法を導入する前と比べレセプト枚数は数倍になり経営もより安定するようになりました。

当院の理念は、「患者さんとのコミュニケーションをしっかりと取り、歯周病という慢性疾患を理解してもらい、地域住民の口腔内を中心とした健康の維持・増進に寄与する」です。リコール率 90%を超えるような、究極の定期健康管理型歯科医院を目指しています。



■ 今後は . . .

つまようじ法を中心に、長期に患者さんと携わっていくと持病が悪化したり、時には来院が困難になる方も必ず出てきます。今後は全身疾患へのさらなる知識や、医科歯科連携、薬の副作用による口腔乾燥症の対応等が求められてくるでしょう。摂食・嚥下や訪問診療の必要性もできます。常に勉強を怠らず、可能な限り地域住民の歯や全身の健康を守ることが、僕に与えられた使命だと感じています。

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。

來 米 優 美 (大阪府岸和田市)	穂 積 幸 子 (広島県呉市)	砂 藤 靖 子 (青森県三戸郡)
酒 井 彩 乃 子 (大阪府岸和田市)	中 洲 直 美 (広島県呉市)	鈴 木 愛 実 (徳島県阿南市)
坂 元 香 織 (大阪府泉佐野市)	保 坂 舞 (秋田県能代市)	木 村 富 美 (埼玉県戸田市)
佐 野 文 音 (大阪府泉南市)	金 山 遥 香 (岐阜県岐阜市)	浅 野 有 美 (愛知県一宮市)
下 仲 美 乃 里 (大阪府岸和田市)	奥 田 彩 絵 (岡山県倉敷市)	松 下 智 美 (長野県松本市)
中 村 萌 (大阪府岸和田市)	宇 津 実 穂 (岐阜県大垣市)	山 口 汐 理 (岡山県倉敷市)
東 莉 紗 (大阪府岸和田市)	安 田 静 花 (大阪府柏原市)	(2018 年 10 月承認分、登録順)

●お口の健康ネットワークホームページに認定歯科衛生士一覧を掲載しております。

●お口の健康ネットワークホームページ「全国歯科医院検索」ページにて、認定歯科衛生士が在籍している歯科医院には、歯科医院名の後ろに「★」マークをつけております。

2019 年 3 月 25 日現在で登録されている認定歯科衛生士は、226 名です。皆様の益々のご活躍を期待しております。

認定歯科衛生士取得手続き

■申請時必要書類 (ホームページからダウンロードできます)

1. NPO 法人お口の健康ネットワーク入会申込書 (個人会員用)
2. NPO 法人お口の健康ネットワーク認定歯科衛生士 登録申請書
3. NPO 法人お口の健康ネットワーク認定歯科衛生士 推薦状

■申請から登録の流れ

1. 上記の書類をダウンロードしていただき、ご記入の上、事務局まで郵送ください。
2. 年 2 回 (4 月・9 月) の理事会にて認定の審議。
3. 承認されましたら、郵送にて通知いたします。登録料 (5,000 円) の納付をお願いします。
4. 手続き完了後、認定証を発行いたします。(2018 年 10 月登録者分より、紙製の認定証となりました。従来の楯をご希望の場合は別途実費 5,000 円をいただきます。)

※認定歯科衛生士取得には当会個人会員登録が必須となります。現在個人会員でない場合は、お口の健康ネットワーク入会手続きをお願いします。認定歯科衛生士が当会を退会されますと、認定資格は喪失します。

※推薦者 (本会理事) がいない場合は事務局にご相談ください。訪問実習受講等により、理事の推薦を受けることが可能です。

今後の行事日程

2019年 月 日	内容	開催地	講師等	時間 (予定)
4/13 (土)	第 21 回理事会	秋田	—	16:00~19:00
4/14 (日)	第 4 回お口の健康フェスティバル		磯崎 篤則 他	9:15~15:30
6/2 (日)	お口の健康ネットワークセミナー 基礎編	大阪	磯崎 篤則 黒瀬 真由美	10:00~16:00
7/7 (日)	お口の健康ネットワークセミナー 応用編		小畑 文也 森田 学	10:00~16:00
9/8 (日)	お口の健康ネットワークセミナー 基礎編	東京	磯崎 篤則 黒瀬 真由美	10:00~16:00
10/5 (土)	第 22 回理事会	岐阜	—	15:00~18:00
10/6 (日)	第 11 回通常総会		—	9:15~10:00
	お口の健康ネットワーク研修会		未定	10:30~12:00
	第 5 回認定医療機関教育講演		友藤孝明	13:00~14:30
11/10 (日)	お口の健康ネットワークセミナー 応用編	東京	小畑 文也 森田 学	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。

訪問実習について (再案内)

現在、当会で実施する訪問実習は長浦理事による「Brushing Exercise」がほとんどとなっております。訪問実習受講は認定医療機関の申請・更新の要件となっていることもあり、理事会で検討された結果、今後は訪問実習担当理事による院内研修会は全て「訪問実習」として、2019年4月受講分以降は以下のように統一させていただくことになりました。何卒ご理解いただきますようお願い申し上げます。

	ブラッシングエクササイズ (2019年3月末受講分まで)	訪問実習 (2019年4月受講分以降)
受講料 (会員)	30,000 円 (税込)	50,000 円 (税別)
受講料 (非会員)	60,000 円 (税込)	100,000 円 (税別)
旅費・宿泊費	旅費 3 万円未満の場合は無料	実費
時間	3 時間	3 時間
受講人数 (1 受講単位)	10 名以内	10 名以内

(編集後記)

今回の会報で名古屋の藤井先生からご寄稿いただきました。会員の皆様からの投稿もお待ちしております。投稿いただける場合は事務局までご連絡ください。

これまでコスト面の問題もあり、会報はモノクロ印刷又は一部カラー印刷でお届けしておりましたが、ネット印刷等でカラーでも安価に印刷できるようになってきており、今回からオールカラー印刷といたしました。今後さらに内容も充実させ、会員の皆様が見やすい紙面づくりができればと思います。

(事務局/草野栄路)

お口の健康ネットワーク会報 No.36

2019年3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>

会員専用ページ：<http://www.ohn-member.com>

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