

つまようじ法のヒント

No.4

つまようじ法術者磨き

基本のき

ブラッシングの力で
ここまで良くなる!!



長浦 寛子
株式会社イー・エム・ジェー



黒瀬 真由美
PMJ歯科診療所

第4回「つまようじ法ブラッシングの効果」

今まで3回にわたって、つまようじ法の技術面を紹介してきました。今回は、つまようじ法ブラッシングの効果を紹介します。

つまようじ法術者磨きを30年以上実践してきました。

今回のポイント

- ① 炎症が早期に改善する
- ② non-surgeryで歯周ポケットが改善する（歯肉の形態が保たれる）
- ③ 歯肉が元気に保たれる（急性症状が起こりにくくなる）

1 炎症が早期に改善する

症例1



30歳 男性



1ヶ月後

つまようじ法術者磨き
+
スケーリング

わずか1ヶ月で歯肉の状態がかなり改善した。

症例2



23歳 女性



2ヶ月後

6-2 | 口蓋側の歯周ポケット
5-6mm ⇒ 2-3mmに改善
ブラッシング時の出血も見られない。

出血と痛み

つまようじ法ブラッシングを初めて受けると、ほとんどの人が歯肉から出血します。痛みを覚える人もいます。

出血 ・ 歯間部に炎症が潜在している。

➡ つまようじ法ブラッシングを続けると、1週間程度で出血しなくなります。

痛み ・ 炎症が強いとき（特に若い人）

・ 歯間部に「邪魔もの」があるとき（縁下歯石や修復物不適合等）

➡ 軟らかめの歯ブラシを使ったり、歯間部に入れる毛先の量を加減したりして、無理せずつまようじ法ブラッシングを続けると、1週間程度で痛みもなくなります。

2 non-surgery (つまようじ法術者磨き+スケーリング・ルートプレーニング) でこんな改善が

症例3



初診時 20歳 女性



7ヶ月後

$$\begin{array}{c|c} 2 & 1 \\ \hline 1 & 1 \end{array} \quad \begin{array}{c} 2 \\ 2 \end{array}$$

7-8mm ⇒ 2-3mm

2 1 間の、1 2 間の歯間離開も改善した。

症例4



初診時 21歳 男性



6年後

$$\begin{array}{c|c} 3 & 2 & 1 \\ \hline 4 & 3 & 2 \end{array} \quad \begin{array}{c} 1 \\ 2 & 3 & 4 \end{array}$$

5-8mm ⇒ 2-3mm

1 遠心は8mm ⇒ 3mm

歯肉の退縮もさほど見られない。

3 長期に亘って「歯肉の元気」が保たれる

症例5



初診時 48歳 女性



17年後 65歳

$$\begin{array}{c|c} 3 & 3 \\ \hline 3 & 3 \end{array}$$

4-5mm ⇒ 2-3mm

症例6



初診時 53歳 男性



28年後 81歳

$$\begin{array}{c|c} 1 & \text{近心} \\ \hline 7 & 5 \end{array}$$

7mm ⇒ 5mm

近年は急性症状もなく、安定して経過している。

つまようじ法術者磨きの目的と効果

爽快感 ブラッシングが気持ち良いと感じてもらうことで「家でもやってみよう (実践)」
「またやってもらおう (受診の継続)」というモチベーションにつながる。

治療効果 歯間部の歯垢除去と適度なマッサージで早期に炎症が改善する。

私たちは歯周病の治療・メンテナンス時に「つまようじ法術者磨き」を最重視しています。
「TBI」はあまり行いませんが、「つまようじ法術者磨き」を体感していただくことで、真似して磨いてくださるようになります。

「磨いてください」 から **「磨かせてください」** へ