

を診る・

生 活 を 読 む

東京都東村山市開業

三上 直一郎 著



医歯薬出版株式会社

生活に目を向けることの大切さを教えられた患者さん *Case 1*

はじめに、歯・歯肉の変化の背景にある生活に目を向けることの大切さを教えていただいた患者さんを紹介します。この方とめぐり合うまでは、「治すことは病態を改善することだ」と考え、病態にばかり注目し、治すことに夢中になっていたように思います。

●病態を改善することが治すことだと考えていた



図1 29歳, 女性, 初診時, 1980.2

●病態改善のため, 前歯部はルートプレーニング, 白歯部はフラップオペレーション

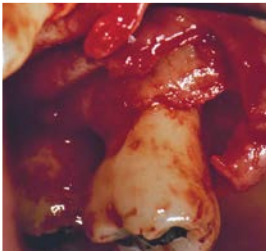


図2 上顎右側白歯部フラップオペレーション時, 1980.7



図3 32年後の同部位, 2012.6, 62歳



図4 上顎左側白歯部フラップオペレーションから1週間後, 1980.7



図5 32年後の同部位, 2012.6, 62歳

●治療終了から6カ月後, 再び歯石が付着



図6 初診から7カ月後, 補綴処置終了時, 歯周組織は一応落ち着いている, 1980.9



図7 治療終了から6カ月後のメンテナンス時, 再び, 歯石の付着が見られる, 1981.2, 30歳

●病態を改善することが治すことだと考えていた

初診は1980年2月、29歳、女性。1歳と3歳の2人のお子さんを育てながら、看護師として働いておられました。

この患者さんが最初に来院されたのは、3歳のお子さんのむし歯治療のためでした。その後、「実は、歯がぐらぐらなので私も診てください」とおっしゃり、治療を始めることになりました。

拝見すると、1は動揺度3で、支持骨もなくホープレス。5 4はすでに欠損していました。歯周ポケットは上下顎とも臼歯部で6~8mm、上顎前歯部は4~6mm、下顎前歯部のみ3mm程度で、年齢の割に歯周病が進行している状態でした（図1）。

●病態改善のため、前歯部はルートプレーニング、臼歯部はフラップオペレーション

お仕事が看護師ということもあり、忙しいだろうと考えて歯周病についてのお話もまともにせず、ブラッシング指導もそこそこに、4回目の来院時から5回ほどで全顎のスケーリング、ルートプレーニングへと駆け足で進めました。その後、再評価もせず臼歯部の全顎フラップオペレーションを行い、早く病態を改善しようと治療していきました（図2、4）。

初診から7カ月後には補綴処置も終了し、歯周ポケットも改善したと判断して、6カ月ごとのメンテナンスに入りました（図6）。

●治療終了から6カ月後、再び歯石が付着

お子さんの健診もあってか、6カ月後、約束どおりメンテナンスに来院してくださいました（図7）。

再び歯石が付着していますが、その割に、歯肉の炎症、後戻りは少ないように見えます。いま見ると、疲れた歯肉ではあるのですが、かなりがんばって磨いている様子がわかります。けれどもその当時は、付着した歯石と歯肉の炎症しか目に入らず、「もう少し時間をかけてていねいに磨いてください」と言ったことを覚えています。

歯周病の原因も、プラークとの関連などもまともに説明もせず、ブラッシングの方法も伝えずに治療を先行させた結果でした。それを患者さんのせいにして、テクニックの確認をし、なお一層の努力を要求するようなかかわり方をしてしまいました。



子どものむし歯予防指導の留意点

子どものむし歯予防は、「健康な育児そのもの」です。子どものためということになると、保護者の方々は健康的な生活を目指して協力してくれます。

表1 子どものむし歯予防指導の留意点

	子どもへ向けては“自立”	親へ向けては“支援と管理”
食後の歯磨き習慣づけ	<ul style="list-style-type: none"> ・「ごちそうさま」の後は歯ブラシを口へ ・3歳ごろまでには習慣づけ 	<ul style="list-style-type: none"> ・親子で一緒に行うことが大切 ・まずは、習慣づける
ブラッシングテクニック	<ul style="list-style-type: none"> ・年齢に応じた練習・習得をする ・3~4歳ごろまでには上の歯や内側に歯ブラシが当てられるようになるように ・4歳を過ぎると鏡を見られるように、手首も使えるように 	<ul style="list-style-type: none"> ・子どもの歯磨きを見ていて、声かけをする ・点検磨きをする ・点検磨きは、無理せず、痛くないよう、楽しくを心がける ・点検磨きの回数は年齢に応じて変える ・点検磨きが、磨き方を伝える方法でもあることを伝える
おやつ	<ul style="list-style-type: none"> ・甘いものは1日1個 ・だらだら食べない 	<ul style="list-style-type: none"> ・時間と量と場所を決めて与える ・食事の邪魔にならない時間に与える
食事	<ul style="list-style-type: none"> ・好き嫌いなく、何でも食べる ・よく噛んで食べる 	<ul style="list-style-type: none"> ・定期的に、決まった時間に食事をする ・「早く食べて」ではなく「よく噛んで食べて」と声かけするよう伝える ・飲みもので流し込まないようにする
生活のリズム	<ul style="list-style-type: none"> ・「よく遊ぼう」と伝える 	<ul style="list-style-type: none"> ・早寝早起きを心がける ・決められた時間に食べ、活動し、寝る ・生活リズムを定期的に整える

●点検磨きの方法

点検磨きを子どもがいやがる原因の多くが、「痛いから」ということのようにです。痛くないように磨くためのポイントを紹介します。

- ① 肩の力を抜いて磨いてあげる。
- ② 唇をつままないよう、指の腹で頬を持ち上げるようにして歯ブラシを動かす。
- ③ 小帯を傷つけないように磨く。
- ④ 嘔吐反射を起こさないよう、のどをつつかないように、きちんと見て歯ブラシを動かす。
- ⑤ 子どもの頭を安定させて磨くと、磨きやすくなる。膝の上に子どもを寝かせると子どもの頭が安定し、上から覗き込むようにすると、口の中がよく見える。



図19 点検磨き

肩の力を抜いて、唇をつままないよう、人差し指を口角から口の中に入れる。指の腹で頬を持ち上げ、頬を少し膨らませると歯ブラシを動かしやすくなる

指導や治療でてこずる子どもと向き合うとき

1. まずは、保護者の方と親しげにお話しする

その光景を子どもに見せていると、不思議に子どもは寄ってくるもの。子どもの信頼している人と仲良さそうにしているので、子どもの心は落ち着いてくる。

2. 子どもと視線を同じ高さにして話す

同じ高さか、少し低めから話しかける。

3. 位置的にも、話しでも、子どもを追い詰めないで、逃げ場所・方向を開けておく

壁やスタッフなどで子どもを取り囲んでしまわないように配慮する。会話でも追い詰めないように気をつける。

4. 子どもの好きなことから話を広げていく

保護者の方にあらかじめ好きなものや興味をもっていることなどを聞いておくと、話しに入りやすくなる。共通の話題が見つからないときには、年齢や歯ブラシ、好きな食べものなどから尋ねると、比較的、共通の話題がしやすい。

5. 初めに話しかけるときは、手の届かない、少し離れたところから、静かな声で

初めは少し遠くから、慣れてきたら、少しずつ近づき、手や足に触れる。

6. 慣れてきたら、テンションをあげて少しリードしていく

子どもは恐怖や不安で戸惑っていることが多い。できそうなことを見つけ、「できるからがんばってみよう」といったように少しリードしていくようにすると、結構乗ってきてくれることが多い。

7. いろいろなことに興味をもたせてワクワクさせる

「水鉄砲があるんだよ」「掃除機さんで吸っちゃうぞ」などと話し、いろいろな器具に慣れてもらう。

8. 何もできなくても、心を落ち着けてから帰ってもらう

泣き続けたりして何もできなくても、ちょっと遊んだり、話しをして心穏やかになってから帰ってもらう。そうしないと次につながらない。

治療困難で、痛みが出るような状態でも、歯磨きでう窩をきれいにすると、痛みはほとんどの場合、治まる。このことを伝えておくと、保護者の方も安心してくださる。

9. どんなことでも、できたらほめて、自信をつけさせる

ご褒美でほめてあげるのではなく、言葉や身体を使ったコミュニケーションでほめて、評価してあげよう。

10. 笑って帰し、次につなげる

できたら握手やハイタッチをして、なごやかに終わるようにする。

