

生涯健康な歯を保つための「予防」という名の治療

予防歯科

よほうしか

「むし歯予防は毎日の歯みがきで」「歯医者には、歯が痛んだら行くところ」。そんな意識が日本人には強い。しかし、歯みがきだけではむし歯や歯周病は防ぎきれないのが現実だ。そのため歯科医院で受ける「予防」という名の治療が、日本でも広がり始めている。

長野県の主婦、岡本由美子さん（仮名・39歳）は5年ほど前、左上の奥歯に時折痛みがあった。岡本さんの奥歯には、ほぼすべて銀の詰め物やかぶせ物があり、詰め物が取れたり歯が痛んだりという症状が出る。歯科医院を受診し治療してきた。そのたびに歯は削られ、何本かは神経を抜かれた。そのとき痛みがあった左上の奥歯にはまだ神経が残っていたが、今回はこの歯の神経も抜かれた。しかも、知人は紹介された。しかし、本人は思っていた。訪れたさつき歯科医院での治療は、そんな予測を裏切るものだった。

初診の日の岡本さんのメニューはこうだ。①歯科医師による問診と説明、②歯周病の基本検査、③すべて

の歯をさまざまな角度から写真撮影、④すべての歯のX線写真撮影。その後、担当の歯科衛生士を紹介され、歯石を取ってもらい、ホームケアについての説明を受けた。むし歯の治療はしていない。従来の歯科治療であれば、痛む歯のX線写真だけ撮り、かぶせ物をはずして治療し、再び新しいかぶせ物をするはずだ。しかし、院長の小口道生歯科医師は「それでは水道の蛇口を開けたまま、床をふくようなものだ」と話す。根本的な原因を突き止めては、その後の治療の意味がないというのだ。

「岡本さんの場合、口の中にむし歯の治療痕がたくさんありました。口腔内にむし歯になりやすい条件（リスク）がある証拠です。実



際、細菌の集まりであるプラーク（歯垢）もやや厚めで出血もあり、歯石もたまっていた。この状態でかぶせ物をはずして治療しても、時間がたてば再びむし歯になるでしょう。口腔内全体が健康ならなくしては、同じような歯がひびく痛む場合には応急処置をします」（小口歯科医師）

ユータンズ菌）の数が多く、口腔内の清掃も行きとどいていないから。むし歯を防ぎ歯質を強化するフッ素も足りない。説明を聞いて岡本さんは、子どものころから悩まされ続けたむし歯の原因が理解できたという。この状態を改善するため、担当の歯科衛生士から歯みがき剤の選び方や歯みがきのしかたなどの助言を受けた。さらに、歯科衛生士が専門の機械を使って実施する歯の清掃「P.M.T.C.（Professional Mechanical Tooth Cleaning）」や、付着した歯石の除去を週1回のペースで受けながら、小口歯科医師による歯の根の部分の治療も受けることになった。

数日後、岡本さんはむし歯のリスクを調べるための唾液検査を受けた。唾液検査の結果と初診時の問診の結果から、岡本さんのむし歯になるリスクがわかった。岡本さんの場合、唾液の量も、歯が再生する再石灰化を促す力である「緩衝能」も十分あるが、むし歯菌（ミ

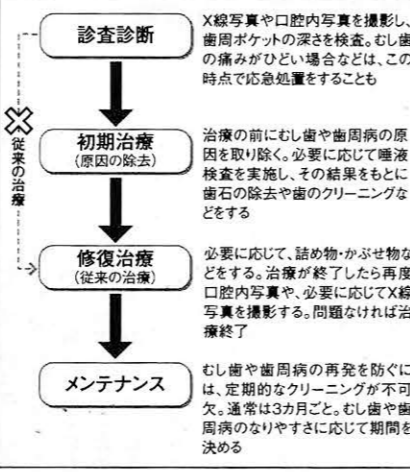
2カ月後、口腔内の健康状態は良好であると診断された。歯のかぶせ物を新しく作ったのはこのあとだ。「歯ぐきに出血や腫れがある状態でかぶせ物を作っても、歯とかぶせ物の間に段差ができるなど、ピッタリ合ったものができません。それが次のむし歯や歯周病の原因になることもありま

す」（同）
それから5年、岡本さんは3カ月おきのメンテナンスを欠かしておらず、むし歯や歯周病の再発はない。小口歯科医師のこの方法は「メディカルトリートメ

ントモデル」と呼ばれる。歯科では当たり前の手法や考え方を歯科医療にも採り入れようとするものだ。内臓の病気であれば、手術の前に検査を重ね、できるだけからだに負担をかけない手術方法を選び、術後は再発予防に取り組むはずだ。「しかし、従来の歯科治療は悪い部分を削り、詰めておし部分でした。歯は削るたびにダメージを受けるので、再治療を繰り返すうちに歯の寿命がつかまる。まず

はその人のむし歯や歯周病の原因やリスクを知り、その人に合った方法で原因を取り除くこと、そして定期的にバイオフィーム（歯をおおう細菌の塊）を取り除くメンテナンスをします。そうすれば、健全な歯はもちろん、かぶせ物をした歯でも長く残すことが可能です」（同）

■メディカルトリートメントモデルに沿ったむし歯治療



分の歯型でマウスピースのようなものを作り、中に殺菌消毒剤を入れて装着し、歯の表面をミュータンス菌を殺す方法だ（写真参照）。「ミュータンス菌はゼロにはなりません、数が減ることで善玉菌の割合を増やすことができます。基本はP.M.T.Cでバイオフィームを取り、必要に応じて3DSでミュータンス菌を除菌

する。これでむし歯になりにくい口の中の状態を保つことができるのです」（日野浦歯科医師）
10年ほど前、日野浦歯科医師のもとを高森さんの2歳年下の弟が受診した。姉の健康な歯を見て驚き、紹介してもらったという。小学生時代は姉と同じようにむし歯ゼロだったが、歯科医師によるメンテナンスを

定期メンテナンスで一本の歯も失わない
東京都に住む主婦の高森道子さん（仮名）は71歳だが、親知らずを除く28本すべての歯が健全な状態で残っている。それは、30年ほど前に出会った歯科医師のおかげだと思っている。小学生のころ、歯の健康優良児として表彰された高森さんだが、中期になるうちに奥歯にむし歯ができた。歯の治療をし、詰め物をした。普通ならこれで治療終了だが、日野浦歯科医師は

受けた経験はなかった。日野浦歯科医師のもとに来た時点ですでに4本の歯を歯周病で失い、残っている歯も詰め物やかぶせ物だらけだった。歯周病は原因となる細菌が骨を溶かし、最終的に歯が抜けてしまうものだ。その進行は激しく、さらに6本の歯を抜かざるを得なくなった。増えた細菌はP.M.T.Cを繰り返しても

簡単に減らない。「遺伝的には同じような歯の質だった姉ですが、長年の予防治療の有無によって、歯の寿命が大きく変わってしまったのです」（同）
誰も、死ぬまで自分の歯を使いたい。そのためには、歯科医院に通う目的を変える必要があると日野浦歯科医師は言う。

科医院で早期治療する、という考えはもう過去のものです。これから歯科医院は、早期にむし歯や歯周病の「リスク」を発見し、予防をする場所ではなく、予防をしない場所です。歯科医師は、患者さん一人ひとりが、そのような意識を持つことで、歯科医院も変わっていくのではないのでしょうか？」
ライター・神 素子

■3DSによるミュータンス菌の除去



ドラッグリテイナーと呼ばれるマウスピースに薬剤を入れてしっかりかむ。開発者は、鶴見大学歯学部教授・花田信弘歯科医師

「人間の口の中には数百種類の細菌がありますが、むし歯や歯周病の原因になる悪玉菌と、害をもたらさない善玉菌があります。悪玉菌の代表はミュータンス菌で、これがバイオフィームを形成しているのです。むし歯や歯周病を防ぐためには、悪玉菌と善玉菌のバランスを変える必要があります」
高森さんは、定期的なP.M.T.Cでバイオフィームを除去し、さらに唾液検査の結果、ミュータンス菌の割合が多くなった場合には、3DS（デンタル・ドラッグ・デリバリー・システム）という方法でミュータンス菌を除去した。これは、自

歯や歯周病の原因になる悪玉菌と、害をもたらさない善玉菌があります。悪玉菌の代表はミュータンス菌で、これがバイオフィームを形成しているのです。むし歯や歯周病を防ぐためには、悪玉菌と善玉菌のバランスを変える必要があります」
高森さんは、定期的なP.M.T.Cでバイオフィームを除去し、さらに唾液検査の結果、ミュータンス菌の割合が多くなった場合には、3DS（デンタル・ドラッグ・デリバリー・システム）という方法でミュータンス菌を除去した。これは、自

「予防」ではなく「発症前の治療」と考えるべき

「予防歯科」は生涯健康な歯でかみ続けるために欠かせない。にもかかわらず、日本ではなぜ一般的でないのだろうか。日本の予防歯科医療の先駆者である日吉歯科診療所院長の熊谷泰典

にしない、治療を終えた歯を再発させない、そのための「発症前の治療」だと考えてください。

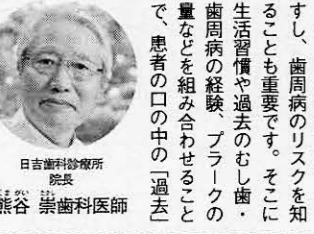
生涯におけるリスクは変化するので、すべての人に共通の予防方法などありえないのです。

「現在」「未来」が見えてきます。「なぜむし歯になったのか」という個別の理由を考えずに、「どうすればむし歯が防げるか」の答えは出せません。リスクアセスメントと定期的なバイオフィームの除去は、車の両輪のようなものなのです。

医院はメンテナンスが中心です。歯科衛生士が個室をもち、患者は担当の衛生士に対して定期的に予約を入れます。このような患者を受けています。このような患者に衛生士が何か問題を見つけた場合、歯科医師が治療の必要性を判断します。

セカンドオピニオン

「予防」とは、健康な歯を病気に



「予防」とは、健康な歯を病気に

性には、歯科界全体が気づくべき時期になったのだと思います。