

# 歯科衛生だより

発行人/吉田 直美  
発行/公益社団法人 日本歯科衛生士会  
〒169-0072 東京都新宿区大久保2-11-19  
TEL.03(3209)8020 FAX.03(3209)8023  
https://www.jdha.or.jp/

2021 October vol. **65**

## 動物達も歯が命

国立モンゴル医学科学大学 客員教授  
(元岡山大学病院 小児歯科 講師)

おが さき よし ひで  
**岡崎 好秀**

人相学は、中国3000年の歴史があります。  
さて人相学では、額、目から鼻、口元のそれぞれは、人生の  
“3つの年代”を表していると考えられます。そこで問題です。  
晩年運を表すのは、次のどの部分でしょうか?(図1)

1:額 2:目・鼻 3:口元



図1

人相学では、「額は初年運を表す」としています。“おでこの広い子どもは、将来賢くなる”といえます。次に、目から鼻は中年運を表します。これは人生において一番仕事ができるときなので、目が輝いているのでしょう。一方、口元は、晩年運を表すのです。年をとっても噛める歯があれば、老いてますます意気盛ん…ということなのです。従って正解は3:口元です。硬い食べ物しかなかった古代人にとっては、まさに“歯が命”であったのでしょう。

もちろん現在では、歯科医院での定期健診で噛める歯を維持できれば、晩年運はOKといえるでしょうが…。

さて動物の世界でも“歯を失うと命にかかわる”といわれます。歯科医師の立場からも、これは本当なのか? 自分の目で確かめたいと思っていました。

数年前、アフリカの大草原をサファリカーで走っていたら、大きな骨が落ちていました(図2, 3, 4)。



図2



図3



図4

車を降りてよく見ると、どうやらアフリカゾウの下顎の骨です。ゾウは大きな牙が有名ですが、臼歯は上下・左右に1本ずつ計4本生えています。大きさは、大人の靴ぐらいで、噛み合わせは凸凹しており、まるで洗濯板のようです。これで硬い木の枝もバリバリ砕きます(図5)。



図5

しかも、顎の骨に比べて臼歯が大きく、1本ずつしか生える場所がありません。そのため臼歯は乳歯を含め6回生えます。一つの歯がだいたい10年使えるので、寿命は約60年です。しかも生え変わりは、ヒトと違い奥の方から歯が生えます(水平交換)。そして前の歯が押されて、ポロツと抜け落ちます(図6)。乳歯が抜けたら下から永久歯が生える(垂直交換)ヒトとは大違いです。



図6

さてアフリカで見つけた臼歯(図7)と、正常な臼歯(図5)を見比べてください。アフリカで見つけたゾウの臼歯には、凸凹がありません。最後に生えた臼歯がすり減ってしまっているのです。同行したガイドが“このゾウは、最後の歯がダメになったので死にました。”と言いました。まさに、このゾウは天寿を全うしたことがわかります。

さて現在、日本人の平均寿命は男性約81.64歳・女性は約87.74歳(2020年)と、65歳以上人口が、全国民の28%



図7

を超える超高齢社会となっています。しかし、人間の社会だけでなく、動物園の動物達も高齢化が進んでいます。

これは某動物園のベンガルトラ。人間の年齢になおすと100歳を超えていますが元気です(図8)。



図8

こうして元気で長生きできる背景には、食べ物や飼育環境の改善など、現場の方々のおかげがあるのでしょう。しかし、一方で獣医師によると、かつて見られなかった病が増えているそうです。その一つが、歯に関するものです。顎骨の炎症や歯を失うことは、寿命に影響します。そこで動物を長生きさせるために、大型の肉食獣など全身麻酔で定期健康診断を行う時、歯周病予防のため歯石の除去などを行うことがあります(図9, 10)。

さて動物園では、昨日まで元気であった動物が、翌朝には死んでいることがあります。そもそも野生動物は、どれだけ体調が悪くても、他の動物に気づかれないようにしています。なぜなら、気づかれると殺されます。例えば、ライオンは、弱ったシマウマから襲います。当然、動物園の動物も同じ習性を持っています。きつと亡くなった動物は、最後まで我慢して息

絶えたのでしょう。すると獣医師は、もっと早く体調が悪かったことに気がつけば、助けられたのではないかと考えます。

では、体調の悪さは、どこを見ればわかるのでしょうか？ それは“食欲”です。そもそも、自然界には食物が少ないので、食欲がなければかなり体調が悪いはずですが、食欲がなければ、まずどこを見るのでしょうか？ そこでまず“口の中”の状態を見ます。



協力：神戸市立王子動物園

図9



協力：神戸市立王子動物園

図10

さて、これも動物園の高齢のカバですが、数年前の秋、食欲がなくなりました(図11)。口の中を見ると、下顎の歯グキが歯周病で腫れています。



協力：神戸市立王子動物園

図11

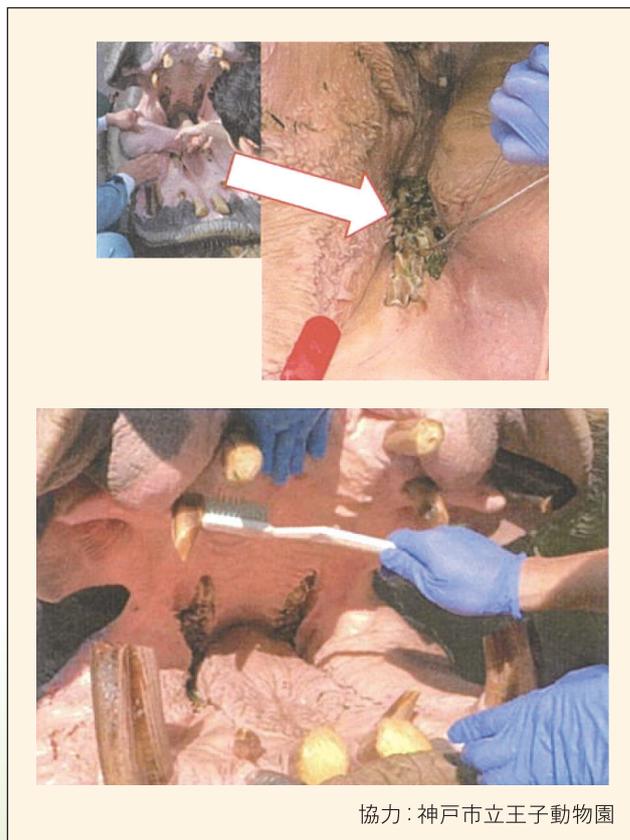


協力：神戸市立王子動物園

図12

しかも赤くなっている部分があります(図12)。どうやら、<sup>か</sup>噛むと上の歯が当たって痛むようです。そこで獣医師は、安全に気をつけながら金属製のヤスリで歯を削りました。カバは、痛みがとれ食欲が出て元気になりました。

しかし、歯周病のため臼歯と臼歯の間に草がたくさん詰まっています。これを取り除かないと、また悪くなります。そこで獣医師と飼育係は、毎日大型のピンセットで草を取り除き、歯ブラシで歯をみがいています(図13, 14)。



協力：神戸市立王子動物園

図13, 14

おかげでこのカバは、現在も元気で大きな口を開け、子ども達を楽しませています。

やはり動物の世界でも、“歯が命”なのです。

# 全国各地から 和歌山県歯科衛生士会

## 糖尿病患者への歯周病改善に向けた啓発活動

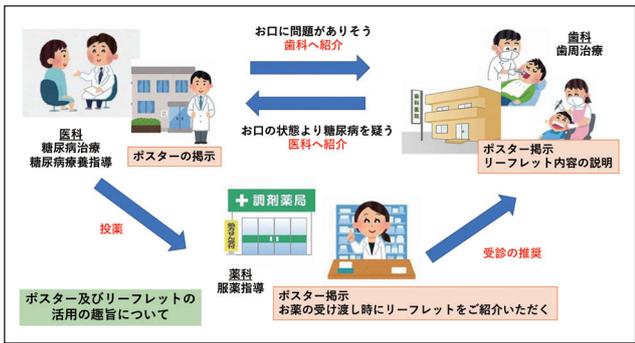
WAKAYAMA

世界中において糖尿病を有する患者は増加しています。日本においても例外ではなく、厚生労働省の2019年「国民健康・栄養調査」の結果では、糖尿病有病者と糖尿病予備軍をあわせると約2251万人と推計されます。また、糖尿病は放置すると進行し、複雑な合併症を引き起こすことはよく知られていますが、その怖さを理解している国民は多くありません。

そこで、和歌山県歯科衛生士会では、以下のような活動を計画し、実施いたしましたので報告いたします。

### 事業目的

近年、歯周病と全身疾患の関わりが明らかになりつつあります。歯周病は糖尿病の6番目の合併症であることから、医科と歯科においてその共通認識を高め、糖尿病重症化予防につなげることを目的としました。



医科歯科連携イメージ

### 期待される効果

和歌山県は東西南北に広く、公共交通機関が十分でなく車移動をすることが多いです。2018年度の「第三次和歌山県健康増進計画中間見直し」(和歌山県福祉保健部健康局発表)においては、和歌山県における県民の1日の平均歩数は5年前の調査より1000~1600歩減少しており、全国的にみても男女とも歩かない県です。成人の野菜の摂取量の平均は目標値の350gより約100g少なく、全体のエネルギー摂取における炭水化物と脂質をあわせた割合が約8割であり、糖尿病発症リスクを高めている可能性が疑われます。実際、2017年度の「特定健康診査・特定保健指導の実施状況」による統計では糖尿病有病者率は8%であり、目標値の7%を上回っています。

また、「和歌山県歯と口腔の健康づくり計画」に掲げている目標値【60歳における進行した歯周炎を有する者の割合の減少：目標値2023年度50%】が、2011年度の67.1%から2015年度67.4%と悪化していました。

本事業は、これらの問題を周知することができると考えました。

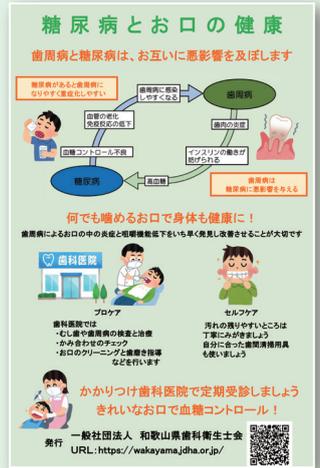
### 事業内容

県民に向けた「糖尿病患者への歯周病改善に向けた啓発活動」として、当会に在籍する糖尿病予防認定歯科衛生士を中心に、ポスターとリーフレットを作成し、歯科診療所へのアンケートを実施しました。また、県内に勤務する歯科衛生士にも糖尿病予防指導に興味を持ってもらうため研修会も開催しました。

### ◆ポスターとリーフレットを作成

糖尿病予防認定歯科衛生士4名により内容の検討から、以下を目標に作成を開始しました。作成中、歯科衛生士だけでなく、患者家族や看護師、管理栄養士にもアドバイスをいただき、より分かりやすい内容に仕上がったのではないかと考えます。

- 糖尿病と歯周病の相互作用が理解できるように
- シンプルでも糖尿病患者にインパクトがあるように
- 糖尿病患者が歯科医院に定期的に通い、歯科でも糖尿病の重症化予防ができるように



ポスター「糖尿病とお口の健康」



リーフレット「糖尿病とお口の健康」

リーフレット・ポスターQRコード



でき上がったポスターとリーフレットは、少しでも多くの糖尿病患者に見てもらえるように歯科医院や糖尿病専門医のいる内科、病院、薬局などに配置してもらえるように各団体へお願いしました。

和歌山県薬剤師会のご協力により、薬剤師会の会員が在籍する薬局にてポスター掲示とリーフレット配布が可能となりました。薬局でリーフレット配布を希望した理由は、多くの糖尿病患者は薬を処方され薬局へ出向きますし、また糖尿病予備軍であろう高血圧や高脂血症を有する患者も訪れます。待ち時間に、ポスターを見たり、リーフレットを手にとってもらったりしやすい環境と考えたからです。実際にどれほどの薬局に配置されたかは確認していませんが、薬剤師会にご協力いただけたことは大きな成果と考えます。

また、和歌山県歯科医師会の会員の先生方にも、ポスターとリーフレットの配布を行いました。

### ◆ 歯科診療所へのアンケート調査

県内歯科診療所には、糖尿病患者への対応についてのアンケートも実施しました。

残念ながら574件中33件の回答となり、アンケートの内容を検討すべき結果となりました。しかし、貴重なご意見もあり、今後、さらに事業展開していく上での参考になりました。

#### 糖尿病予防ポスター・リーフレットに関するアンケート内容

- 診療(問診)に関する質問(3項目)
- 歯科保健指導に関する質問(3項目)
- 歯周治療に関する質問(2項目)
- ポスターとリーフレットに関する質問(2項目)
- 研修会参加意欲と認定歯科衛生士に関する質問(2項目)

糖尿病患者への問診では、血糖値やHbA1c値に関する聞き取りが多く、発症時期や内科での治療内容の確認などの聞き取りは少ないようです。糖尿病患者への指導と歯周治療は主に歯科衛生士がかかわりを持っており、口腔衛生指導とスクレーリング・SRPが多く実施されていました。

### ◆ 糖尿病研修会の開催

日程：2020年11月21日

場所：和歌山県歯科医師会館 1階 大会議室

開催方法：ハイブリット開催

講師：糖尿病予防認定歯科衛生士

対象：県内勤務の歯科衛生士

内容：「糖尿病の基礎知識」  
「糖尿病予防の運動・食事療法」  
「糖尿病予防指導の実際」  
「認定制度の周知」

参加人数：会場参加10名 オンライン参加38名

開催が近づくにつれ、県内の新型コロナウイルス感染者が増加したため、感染予防対策を行った上で人数制限をした会場開催とオンライン開催としました。

### 今後に向けて

この事業を進めていくには、役割を担う糖尿病予防認定歯科衛生士を知らない先生方が多く、今後、他の認定歯科衛生士制度を含め、周知を図ることが必須であると考えます。認定資格を取得しても勤務先の先生やスタッフに評価してもらえなければ、認定継続に対するモチベーション低下が懸念されます。ついでには、日本歯科衛生士会と共に周知対策を検討したいと思います。

今回、「糖尿病患者への歯周病改善に向けた啓発活動」を実施したことにより、県民に対するかかりつけ歯科医院での定期受診が拡大・定着し、歯科医院において『口腔の健康が糖尿病予防や糖尿病重症化予防につながる』ことを理解してもらえるきっかけになることを祈念しています。

出典資料：第三次和歌山県健康増進計画中間見直し  
[https://www.pref.wakayama.lg.jp/prefg/041200/h\\_kenkou/d00154712\\_d/fil/201803keikakuminaoshi.pdf](https://www.pref.wakayama.lg.jp/prefg/041200/h_kenkou/d00154712_d/fil/201803keikakuminaoshi.pdf)

(一般社団法人和歌山県歯科衛生士会 会長 山下 千穂)



Thinking ahead. Focused on life.



毎分約31,000回の高速度振動  
音波水流とブラッシングのW効果が歯垢を落とす

## ソニックアーク

歯科用音波式電動歯ブラシ  
プロテクトクリーン プロフェッショナル  
※ ブラシヘッドは別売です。



Morita Corporation is a member of Philips Healthcare.



詳しくは  
Webサイトにて

発売 株式会社 MORITA 大阪本社：大阪府吹田市南水町3-33-18 〒564-9659 T.06.6380.2525 東京本社：東京都台東区上野2-11-15 T.11.0451.3 T.03.3634.6161 製造 株式会社 フリップスジャパン 仕番および外観は、製品改良のため予告なく変更することがありますので、予めご了承ください。ご使用に際しましては、製品に添付の説明書をお読みください。詳細な製品情報につきましてはこちらをご参照ください。 www.dental-plaza.com  
お問合せ お客様相談センター 歯科医療従事者様専用 T.0800.222.8020 フリーコール




歯科用



25周年

NEW  
マイルドシトラスミント

※ 香味イメージ

## Check-Up standard

[医薬部外品]

### マイルドシトラスミント 新登場

Check-Upの詳しい情報を動画でお届け




Check-Up standard マイルドシトラスミント (販売名: チェック・アップSTCa)  
Check-Up standard マイルドシトラスミント (販売名: チェック・アップSTCb)  
メーカー希望価格/個: 550円(税抜き) ● フッ化物高濃度配合品 (1450ppmF)の6才未満への使用は控え、子供の手の届かない場所に保管してください。

ライオン歯科材株式会社  
〒130-8644 東京都墨田区本所 1-3-7 TEL.03(3621)6183

株式会社モリタ  
ライオン歯科材Q

# 地域ではいろいろな職種が訪問しています

地域では在宅療養する方のご自宅へ必要に応じていろいろな職種が訪問しています。職種には、医師、看護師、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士、管理栄養士、ホームヘルパーなどがあります。介護保険を利用して訪問サービスを受ける場合には、担当の介護支援専門員(ケアマネジャー)が希望を伺い、ケアプランを立ててサービス事業所などに依頼します。この他にも、薬剤師が薬剤をご自宅へ届け、服薬の方法や管理を指導することや福祉用具専門相談員が介護ベッドや車いす利用などの相談に応じたり、メンテナンスを行ったりすることもあります。



在宅療養に関する相談は介護認定の有無にかかわらず、地域包括支援センター職員、保健師、民生委員など多くの方が必要に応じて訪問し相談を受けています。また、介護保険適用ではありませんが、市区町村により、配食、理髪などさまざまな訪問サービスがあります。

## 歯科医師、歯科衛生士も訪問しています ~ 通院が困難な方は自宅で歯科診療が受けられます ~

歯科診療所への通院が困難な方に訪問での歯科診療が行われています。治療(むし歯の処置や入れ歯の調整など)では医療保険を利用します。歯科衛生士の訪問では介護認定を受けている方は介護保険の利用、介護認定を受けていない方は通常通り医療保険の利用となります。

歯科の訪問診療を希望される場合、介護認定を受けている方は担当の介護支援専門員(ケアマネジャー)へご相談ください。(地域により訪問の受け入れなどに違いがあります。)それ以外の方は、かかりつけの歯科医院や居住地の歯科医師会などにおたずねください。

在宅療養をされている方の中には、お口のケアが不十分であったり、お口の機能が低下(口腔機能低下)してい

たりする方も多くみられます。このような場合には、必要な歯科治療に加えて、歯科医師の指示を受けた歯科衛生士が「口腔健康管理」として、お口の衛生状態を良好に保つためのケアやお口の機能を保つような体操など(口腔リハビリテーション)を訪問で行うことができます。また、毎日の暮らしの中に取り入れることができるケアの方法や継続して行っていたらいい体操(リハビリテーション)の提案などを行います。

高齢者では肺炎、特に誤嚥性肺炎で亡くなる方が多く、誤嚥性肺炎を起こさないためには、お口の衛生状態をよく保つことやお口の動きを保つことが大切です。誤嚥性肺炎予防の観点からも、歯科の訪問診療をぜひご利用ください。

### 天然歯本来の歯面を

ノンフッ素歯面クリーニング

- ホワイトニング前のクリーニングに
- 補綴物装着前の清掃に
- 矯正用のブラケット装着前に

Adonest® FINE  
DENTAL FINAL POLISHING CREAM without Fluoride  
アドネスト® ファイン  
歯面研磨材(仕上げ研磨)

ノンフッ素  
ピーチフレーバー

Adonest® COARSE  
DENTAL SCALING CREAM without Fluoride  
アドネスト® コース  
歯面研磨材(粗研磨)

ノンフッ素  
ライチフレーバー

各種歯面処置前のクリーニングにご使用いただくことにより、天然歯本来の歯面を提供し、処置の効果を最大限発揮しうる環境を整えるブローケア用のペーストです。

アドネスト ファイン  
■ 仕上げ研磨材(一般的名称: 歯面研磨材)  
■ 一般医療機器 医療機器届出番号 13B1X00154000022

アドネスト コース  
■ 粗研磨材(一般的名称: 歯面研磨材)  
■ 一般医療機器 医療機器届出番号 13B1X00154000023

製造販売業者  
ネオ製薬工業株式会社  
〒150-0012 東京都渋谷区広尾3丁目1番3号  
Tel. 03-3400-3768(代) Fax. 03-3499-0613  
お問い合わせ ☎ 0120-07-3768

厚生労働大臣許可番号 13-ニ-302400

## 歯科衛生士の 転職・復職は **Quacareer**

クオキャリア

WEB求人  
サイト

就活  
情報誌

DH  
就活フェス

—— 歯科衛生士の「働く」のそばに ——

最新情報はWEBをチェック

クオキャリア  検索

📄 <https://www.webqua.jp>  
☎ 03-5927-9442 (平日11:00~18:00)

株式会社クオキャリア 〒170-0005 東京都豊島区南大塚 3-46-3 いちご大塚ビル 6F

持ち運びができる器材で歯を削る治療や歯のレントゲンを撮るなどでもできます(歯科医院により器具・器材の用意は異なります)



ポータブル診察ユニット



ポータブルレントゲン



薬剤材料

## いろいろな職種と一緒に口のおケアの方法を考えています

歯科が行う訪問診療では歯科治療やお口をケアするだけでなく、多職種と連携をとり、在宅療養される方の在宅生活を支えていけるよう協力し、支援を行っていきます。歯科衛生士が訪問で行うお口のケアは、介護保険では月に4回まで認められています。病気および病気の進行や後遺症により、自分でお口のケアができない場合には、歯科衛生士の訪問以外の日に誰にお口のケアを行っていただくのか、どのような方法が良いかなどを具体的に提案し、お願いしていきます。例えば、歯科以外



に、看護師が週に2回訪問し、ホームヘルパーが週に3日訪問しているような場合は、看護師、ホームヘルパーの訪問時にお口のケアを実施してもらうこ

とでお口の状態が悪くならないよう考えていきます。その際、無理なく行う方法を提案していきます。ご家族にも余力があれば、ケアのしやすい方法や使いやすい用品などを伝えることができます。

訪問だけでなく、デイサービスやデイケアなどへの通いやショートステイなど泊まりのサービスを利用されている方の場合は、対象施設のスタッフと連絡をとり、お口のケア方法を共有していくこともあります。

このように、歯科医師、歯科衛生士が訪問して行う処置やケアとともに、多職種と協働してのケアを提案し、お願いしていきます。

みなさんが住みなれた生活の場で安心できる老後を過ごせるように、歯科医師、歯科衛生士も多職種と連携して歯科医療を提供しています。

(公益社団法人日本歯科衛生士会 在宅・施設口腔健康管理委員会)

## 口腔習癖 実践編

アイコンで見える化する口腔機能の問題点

河井 聡 編著

さあ、ようこそ奥深い口腔習癖の世界へ

- 口腔習癖の基本を解説した好評書が、さらに実際の臨床での対応を盛り込んで、パワーアップ!
- わかりにくい口腔習癖をアイコンで“見える化”し、誰でも一目でわかるようにします。
- さらに検査、矯正装置、処置、そして機能訓練とそのコツまでをすべて網羅!

■ A4判変型/220頁/カラー ■ 定価 9,900円(本体 9,000円+税10%)

健全な歯列は  
健全な機能に  
宿る!



## はじめて学ぶ デンタルハイジーンBOOKS 非経口摂取患者の 口腔衛生管理

要介護から人生の最終段階まで

阪口英夫・柿木保明・小笠原正・齋藤しのぶ 著

“在宅・施設・病院で働く  
歯科衛生士”必読!  
“知識”も“手技”も  
1冊でしっかり学べます!

口腔衛生処置の基本テクニックとトラブルシューティングなど、歯科訪問診療ビギナーが“知りたい”“学びたい”知識とテクニックをサポートします。

■ AB判/96頁/カラー ■ 定価 3,960円(本体 3,600円+税10%)



SUNSTAR

歯周病菌とたたかう



# ガムシリーズ 史上最細・最太タイプ ガム・プロズ歯間ブラシL字型

NEW  
4S  
最細

ウレタンコーティング  
ワイヤー採用



NEW  
LL  
最太

密毛タイプ



- 患者希望価格 4本入 220円(税込)
- プラスチック(ポリエチレン)製
- 抗菌部位:毛、抗菌剤:クロルヘキシジン

商品についてのご質問・ご不明な点は、下記へお問い合わせください。

サンスター株式会社 〒569-1195 大阪府高槻市朝日町3番1号 TEL:072-682-4733 FAX:072-684-5669 ©登録商標。GUMは登録商標です。

タイプ(サイズ)	4S(サイズ0)	SSS(サイズ1)	SS(サイズ2)	S(サイズ3)	M(サイズ4)	L(サイズ5)	LL(サイズ6)
ハンドルカラー	赤	白	青	黄	ピンク	緑	紫

サイズ表記は全日本ブラシ工業協同組合による通過径の自主規格に基づくものです(4Sは自社基準)