



昭和大学  
SHOWA University

—昭和大学歯科病院の理念—

患者本位の医療  
先進医療の推進  
良き医療人の育成

発行責任者 病院長 馬場 一美  
編集責任者 広報委員長 丸岡 靖史  
〒145-8515 東京都大田区北千束2-1-1  
TEL 03-3787-1151(代表)

ホームページ: <https://www.showa-u.ac.jp/SUHD/index.html>

## 健康を支える歯科医療とは – 馬蹄型に並んだ歯列の維持 –

歯周病科 診療科長 山本 松男

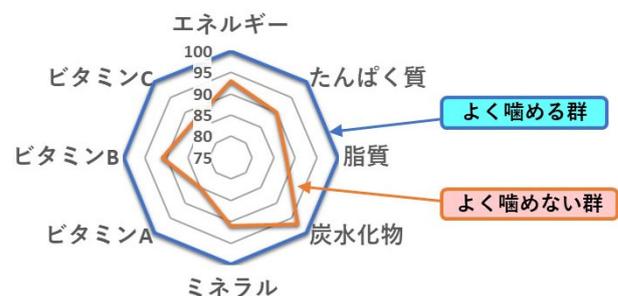
食物をすりつぶして飲み込む咀嚼（そしゃく）は、基本的に良く噛める歯列に支えられています。上下14本ずつ（親知らずを除く）が馬蹄型に並んだ歯列では、食物を前歯で噛み切り奥歯ですりつぶす。そして食塊（しょっかい）にしてゴクンと飲み込みます。最近では、健康と「栄養の偏り、バランス」との関連に注目が集まっています。咀嚼能力が下がると食べ易い食品に偏りがちで、タンパク質、ミネラル類、ビタミン類、食物繊維の摂取量が下がったり、麺類やパンなど炭水化物が過多になりやすいことが報告されています（図）。中高年では生活習慣病、高齢者では疾患の重症化や認知症、フレイル（筋力の低下）などとの強い関連が懸念されています。

だいたい何でも食べられるという目安は「自分の歯が20本」で、我が国では80歳で20本を目標に8020運動が盛んになりました。しかし20本といっても口の中の歯並びは様々で、本数というより良く噛める歯列を整備することがとても重要です。残念な

がら歯を抜かざるを得なかったご経験をお持ちの方、原因はむし歯や歯周病ではなかったでしょうか。まずは、若い頃からむし歯や歯周病の予防や治療で一本一本の歯を大切にする。歯並びがよくなければ、歯科矯正治療。残念ながら部分的に抜けたところはブリッジや部分入れ歯、インプラント。さらに全て失ってしまったら総入れ歯。それらで馬蹄型の歯列を維持することが歯科医療の大きな目的の一つで、良く噛めることは健康を支える上で大変重要なのです。



栄養素等摂取量比較



高齢期の栄養ケア—歯科と栄養の連携—  
本川佳子 老年歯科医学 2019年34巻1号 p.81-85 より改変



- P1 巻頭言 健康を支える歯科医療とは
  - P2 診療科紹介 歯周病科
  - P3 歯科治療トピック 顎関節症治療科
  - P4 部署紹介 歯科衛生室
- 編集後記

記事見出しの色分けをいたしました。

患者さん向け、医療機関向け、お知らせなど

歯科病院は今年開院45年になります。この間診療科の改変新設が行われる中、歯周病科は4階西診療室内での移動はありましたが1977年開院当初から変わらない数少ない診療科です。歯周病科では、主に歯周病の治療を中心に必要に応じて被せ物やブリッジ・義歯など一般歯科治療全般を行っています。診療科名に疾患名がついているため、患者の皆様には理解しやすいかと思えます。

歯周病は、お口の中にいる歯周病の原因になる細菌が、歯茎や歯を支える顎の骨に炎症を起こし、歯を支えている顎の骨が減っていく病気です。「クリーニングしても歯茎の腫れがおさまらない」など歯茎の腫れや出血のある場合に受診される方が多いです。しかし、歯茎の腫れは歯周病が原因ではない場合もあり、歯の神経が死んでしまったり根尖の感染、粘膜の病気、白血病のような全身疾患のことも稀にあります。歯周病ではない歯茎の腫れの場合は、歯科病院内の他の専門科や旗の台の大学病院に依頼して対応しています。

歯周病の治療は、虫歯や被せ物などの1歯、2歯のみの治療でなく、お口の中の歯すべての治療になるため、症状が落ち着くまで治療に数年かかることが多いです。2016年歯周組織再生剤リグロス®の保険治療承認がされて以降、再生治療を受けられる方が増え、抜歯せずに救える歯が増えてます（2020年度リグロス®手術件数97件）。また、歯周病は慢性疾患のため状態を維持するための定期的な管理も重要です。

これまで歯周病科で治療させていただいて

いる患者の皆様は、転院の要望がなければ定期的な管理を当科で行ってききました。しかし、近年スタッフの人数が少なくなり、これまでのように患者の皆様全員に対して当科で定期的な管理を行っていくことが難しくなっています。遠方から受診されている場合、ご自宅の近くの歯科医院での定期的な管理をお願いし、何か問題が生じた場合は当科がサポートしていく体制を検討しています。このように地域との連携をますます密にしていきたいと、今後具体的な方法をご相談させていただきたいと考えております。診療科スタッフ一同どうぞ皆様のご理解とご協力をいただきたく、よろしくお願い致します。



初診時



リグロス 術後1年半



2021年スタッフ集合写真

2021年4月に開設された昭和大学歯科病院睡眠歯科センターでは、睡眠時無呼吸のマウスピース治療のほか、歯ぎしりの検査や治療を行っています。

歯ぎしりの検査は、2020年4月に保険で行うことが可能になりました。歯ぎしりを最も正確に診断できるのは、睡眠検査室で行うポリソムノグラフィーで、脳波や呼吸、眼球の動きや顎の筋肉の活動などを調べる検査ですが、主に研究目的で行われます。これに対して保険で行うことが可能になったこの検査は、小型の検査装置を頬に貼り付けて（図1）自宅で行っていただくもので、歯ぎしりをしているときの筋肉の活動を記録して、その回数や強さを調べるものです。睡眠検査室での検査と異なり、自宅で手軽にできるのが最大のメリットです。検査は、あらかじめ歯科医師から患者さんに装置の使用方法を説明し、ご自宅で検査終了後に歯科病院宛に返送していただきます（費用は病院負担）。返送いただいた装置から結果を分析し、次の来院の際にご説明します。

なお、歯ぎしりの起こり方は日によって異なるため、検査は2晩行います。歯ぎしり

は、一緒に寝ている方の指摘で気づく場合もありますが、寝ている間のことなので、歯ぎしりをしているかどうかは自分ではわからないことも多く、この検査でその実態を知ることができます。

歯ぎしりは、歯のすり減り、歯周病、歯がしみる知覚過敏、歯の被せ物がとれたり、壊れたりする、歯や歯の根の破折、口を閉じるときに働く咀嚼筋や顎関節への負荷による顎関節症、頭痛など様々な障害に関係すると考えられています。歯ぎしりの原因としては、ストレス、遺伝、飲酒、薬の副作用などが指摘されていますが、不明な点も多く、はっきりとした原因はわかっていません。

そのため、治療法としては、マウスピース（図2）を用いた対症療法が主に行われています。一般的には上の歯列全体を覆うマウスピースを製作し、寝ている時に装着します。歯や被せ物等を覆い保護する役割に加え、歯列全体で力を受けるため、過度な力が1か所にかかることを防ぐ目的があります。

朝起きたときの顎の筋肉のこわばり、度重なる被せ物や歯の破損等がある方は、一度睡眠歯科センターに相談してみてください。



図1：小型の歯ぎしり検査装置



図2：マウスピース

私たち歯科衛生室は35名の歯科衛生士が従事し、患者さんのお口の健康をサポートする職種として幅広い分野で患者指導業務に携わっています。患者さんの「話す」「食べる」などの口腔機能の回復・維持・増進の手助けをし、乳幼児期から高齢期までのライフステージに関わっています。

### ◎ 歯科衛生士がかかわっている主な業務

- ・むし歯や歯周病予防のための口腔衛生指導
- ・手術前・手術後の口腔清掃や口腔ケア
- ・歯石除去
- ・訪問歯科衛生指導
- ・健康なお口を維持するための定期的なメンテナンス（機械的歯面清掃や唾液検査など）
- ・ホワイトニング
- ・口腔筋機能療法（MFT）
- ・摂食嚥下機能療法訓練
- ・口腔機能低下症の検査など

その他の業務として、多職種と協働しながら、医療安全や院内感染予防対策などの環境整備を行っています。

「歯・口の健康は全身の健康につながる」ことは多くの研究からも明らかです。

### 編集後記

新型コロナウイルスの流行から2年が経ち、ワクチンの追加接種や飲み薬とといったものは出てきているものの、未だ収束の兆しは見せていません。

当院でも引き続き感染予防を徹底してまいります。皆様も手洗いやうがい等できるところから気を付けていきましょう。

患者さんの不安や悩みを取り除くために、私たち歯科衛生士も寄り添いながらチームの一員として真心のこもった医療を目指しています。患者さんがご家族、大切な方々といつまでも笑顔で楽しく「会話」や「食事」ができるような支援を今後も継続していきたいと思えます。



歯科衛生士による  
定期的なメンテナンスの様子



お子さんと保護者に対する  
歯磨き指導の風景

(J.Y)

