

## 全身の健康はマイクロ DH による口腔内観察から始まる

Health of the whole body starts from observation in the mouth by micro DH.

林 智恵子  
株式会社 ちっころ

### 抄録

顕微鏡を使い始めた頃は、良く見えることが楽しくて虫歯や歯周病ばかりを見ていました。しかし、病的な状態と健康的な歯や歯肉と比較しながら見ていくようになると次第に口腔内全体を広く観察するようになっていきました。そして、メンテナンス時に最初にマイクロスコープで口腔内をパッと見た瞬間に「あ、明るい、健康的な口腔内だ!」「この口腔内は暗い。何か病的なものがあるかも?」と感じるようになってきました。継続的に通われている方でも「あ、今日も調子が良さそうだ」「いや、半年前と比べると、何か変化がありそうだ」と思うようになり、そんな方と話をしていると「親の介護が始まった」「仕事が変わり、ストレスが増えた」「人間ドックで糖尿病の指摘をされた」「ダイエットを始めた」など、生活環境の変化や食生活の変化が伴っていることがわかるようになってきました。

生活環境の変化によりストレスが加わると、食いしぼりやTCH (Tooth Contacting Habit) が増え、顎口腔系に不必要な力が加わります。また、食生活の変化により歯肉への栄養状態が変わったり、血行不良や唾液の性状が変わったりすることもわかってきました。これら不必要な力や栄養状態の変化が虫歯や歯周病を悪化させている要因となることが考えられます。

私たち歯科衛生士による指導はブラッシング指導 (プラークコントロール) や、「お砂糖は虫歯の原因になるからダメ」と言う食事指導 (シュガーコントロール) にばかり主眼を置きがちです。しかし、「力のコントロール」や「筋肉のコントロール」「栄養のコントロール」を行う事で全身の健康を見直すことで、結果的に虫歯予防や歯周疾患の改善に繋がるのではないかと考えるようになりました。

また「メタボリックドミノ」の考え方からすると、脳卒中や心疾患、重篤な糖尿病の上流には高血圧や脂質異常、高血糖などがあり、さらに上流にはインスリンの抵抗性や肥満、最上流には生活習慣があります。私たち歯科で扱う虫歯や歯周病はまさに生活習慣病であり、歯周病の改善が糖尿病予防や心疾患のリスク低減に繋がることは広く知られています。

しかしながら、医師や歯科医師をはじめ、看護師など、ほとんどの医療従事者は「病気になった人」を診ています。また、多くの方は病気になって初めて、医療にかかるのです。「予防医療」が注目されていると言っても「目の病気になりたくないから定期的に眼科に通っている」と言う人はいません。しかし歯科医院には「病気になっていないのに」「虫歯や歯周病になりたくない人」が定期的に通っているのです。そんな病気ではない人を定期的に観察し、予防に携わっているのが私たち歯科衛生士です。歯科衛生士が顕微鏡を通してより詳細な口腔内観察をすることで、多くの情報を得る事ができ、「病気の人を健康に」「未病の人を病気にしない」そして「健康な人をより健康に」なれるようにいろいろな指導、アドバイスを提供することで、口腔のみならず、美容や全身の健康に関与することができるようになって考えています。

## 略歴

- 1977年 日本大学歯学部歯科衛生士専門学校卒業
- 1977年 歯科医院勤務
- 1982年 結婚退職
- 2002年 都内歯科医院勤務
- 2006年 ネクスト・デンタル勤務
- 2013年 日本顕微鏡歯科学会認定歯科衛生士

## 所属学会

日本顕微鏡歯科学会 所属