

歯っぴースマイルクラブ

Happy Smile Club



[特集]

超高齢社会と向き合う ～ドライマウスについて 知っていますか?～

好評連載中

- おしごと拝見!! 〈寝屋川市・平成歯科クリニック〉
- 〈まんが〉満足度を高める接客のヒント
「患者さんの口臭が気になったときは?」

2015
Autumn
vol. **22**

超高齢社会と向き合う ～ドライマウスについて 知っていますか？～

チェアサイドで歯科衛生士が対応するのは、
う蝕や歯周疾患へのアプローチにとどまりません。糖尿病やがんなど
さまざまな疾患を有する患者さんや、介護を必要とする患者さんなど、多岐に
わたる背景により、口腔のトラブルを抱えた患者さんへの対応が求められています。
今回は、意外と多くの方が抱えているお口のトラブル
「ドライマウス」について、ご紹介したいと思います。



ドライマウスとは？

ドライマウスとは、なんらかの原因(表1)により口腔内が乾燥してしまふ状態を指します。口呼吸などの悪習癖では、唾液分泌機能には問題が認められませんが、習癖により口が乾燥してしまふいます。一方、ドライマウス症状で有名な自己免疫疾患であるシェーグレン症候群などでは、唾液分泌能が低下し、分泌される唾液量が低下してしまふいます。口が渇くと、唾液の作用(表2)が期待できない口腔環境となつてしまふいます。患者さん自身が、口が渇くことで感じる不快感や苦痛だけでなく、唾液の作用が期待できないことで引き起こされるさまざまな口腔トラブルが発生しまふます。そのため、ドライマウス患者さんへのアプローチは、原因に合わせた根本的な治療、もしくは対症療法の実施に加え、ドライマウスによって引き起こされる口腔トラブルを予測した予防的なアプローチも重要となります。

表1 ドライマウスを引き起こす原因

- 薬剤による副作用
- 口腔機能低下
(義歯不適合や、顔面麻痺などによる障害)
- 放射線障害(頭頸部がんなどの放射線治療後)
- 体液の異常(高度の嘔吐や下痢など)
- 全身性疾患
(シェーグレン症候群、糖尿病、腎臓障害など)
- 悪習癖(口呼吸など)
- その他
(ストレスによる自律神経系への影響、口腔周囲筋の衰え)



健康な口腔環境に必要な不可欠な唾液

健康成人では、1日に1～1.5L分泌される唾液。唾液そのものの作用に加え、唾液が分泌されることにより期待される作用があります(表2)。唾液そのものの作用として、粘膜修復、免疫・溶解・緩衝作用、歯の再石灰化作用などがあげられます。そのため、唾液が少ない環境では、粘膜がデリケートになる、口腔感染症になりやすい、味を感じにくい、う蝕になりやすい、歯周疾患が悪化しやすいなど口腔内環境にとっては不利な状況を招きまふます。

唾液が分泌されることで、自浄作用が期待でき、食べる、話すといった動作がスムーズになりますが、これらが障害されれば、当然日常生活に支障を来す結果となるため、患者さんの生活の質の低下に直結しまふます。口腔内環境の健康を通じて生活の質の維持・向上をサポートする役割が期待される歯科衛生士にとっては、必須の観察項目といえます。

表2 唾液の作用

- 希釈・洗浄作用: 自浄作用
- 抗菌作用: 細菌発育を抑制する
- 潤滑作用: 食塊の送り込みや、構音を助ける
- 粘膜修復作用: 粘膜を保護し、治癒促進
- 免疫作用: 唾液中の抗体(IgA)
- 溶解作用: 味物質を溶解し、味覚を発現させる
- 緩衝作用: 酸性に偏つた口腔内を中性に
- 歯の再石灰化作用
- 消化作用: アミラーゼにより、でんぷんを分解

口腔トラブルへのアプローチ






□ どんなトラブルが予測される？

ドライマウスによって引き起こされる口腔トラブルは、さまざまです。口腔トラブルは、起こってからの対処も当然必要ですが、いかに未然に防ぐかが重要となります。そのためには、ドライマウスの原因、患者さんの全身状態、口腔内環境、生活習慣の評価が必要となります。

口腔トラブルを予防するためにも、まずは情報収集を行い、その中から口腔トラブルの要因となりうる因子を探し出すことが必要です。

1 情報を収集する

問診、口腔内観察、検査の実施を行います。

 全身状態	ドライマウスに関連する全身疾患の既往（シェーグレン症候群、糖尿病、がん）、 歯科疾患増悪に関連する全身疾患の既往（糖尿病など）、自立度の評価など
 口腔内環境	現在の歯の状態（歯科疾患の程度）、義歯の有無、 粘膜の状態（色、性状、傷の有無など）、知覚・運動麻痺の有無、 清掃状態など
 生活習慣	口腔清掃習慣、悪習癖の有無、身体的・精神的ストレスの程度など

2 収集した情報を評価する

現在の問題を抽出し、口腔トラブルを予測します。

例えば…

「高齢」＋「糖尿病」＋「歯周ポケット4mm、BOP（＋）、部分床義歯装着あり」＋
「清掃自立、清掃不良」＋「口腔内の乾燥」＋「主訴：口が温いて仕方ない」

これらの情報から、今後以下のようなことが予測されます。

「歯周炎の増悪」「根面う蝕への罹患」「口腔粘膜の脆弱化に伴う易感染⇒口腔カンジダ症への注意が必要」「乾燥による義歯不適」「乾燥による生活の質低下」など。



3 歯科衛生士が実施できるアプローチを計画、実施する

スケーリング、専門的機械的清掃、予防処置、実地指導などを行います。

例えば…

歯周炎の増悪	⇒ 口腔衛生状態改善を目指した指導 スケーリング、専門的機械的清掃の実施
根面う蝕への罹患	⇒ 口腔衛生状態改善を目指した指導 う蝕予防処置の実施
口腔粘膜の脆弱化に伴う易感染	⇒ 口腔衛生状態改善を目指した指導
乾燥による義歯不適	⇒ 保湿剤の使用方法について指導
乾燥による生活の質低下	⇒ 生活習慣（意識的な飲水など） 保湿剤の使用や唾液腺マッサージの指導



ドライマウス外来での歯科衛生士の役割は？ 患者さん側に立って 生活改善をオーダーメイド

一般歯科診療では出会う機会の少ないドライマウスですが、ドライマウスに悩む人は増加しています。ドライマウス外来をもつ平成歯科クリニックで働く歯科衛生士の橋爪聖子さんに、日頃の仕事や患者さんとの関わり方についてお話を伺いました。

今回取材したのは…



医療法人 美和会
平成歯科クリニック

2009年にドライマウス、摂食嚥下障害、睡眠時無呼吸症に特化した日本初の専門クリニックとして開院。「食医」を目指す小谷泰子院長とスタッフの皆さんにより日々専門診療が行われている。ドライマウス外来のマーク▶



■大阪府寝屋川市早子町21-5
TEL:072-820-4159
URL: <http://www.hdc-yoikoku.com>

症状改善に欠かせない 歯科衛生士の役割

平成歯科クリニックでは、日頃どのような仕事をしていますか。

橋爪●当院はドライマウス、摂食嚥下障害、睡眠時無呼吸症を対象として診療している歯科医院です。ドライマウスの患者さんは、口腔乾燥を防ぐ目的で、歯みがきや生活の指導をしています。また、睡眠時無呼吸症の患者さんには、口腔内装置の型取りとその後のメンテナンス、口腔ケアを行い、摂食嚥下障害の患者さんには訪問診療で、嚥下トレーナーとして口腔ケアや食事の指導などを行っています。

ドライマウスを診察する一般歯科医院は少ないと思いますので、ドライマウスで受診される患者さんについて、特徴を教えてください。

橋爪●当院を受診するドライマウス、摂食嚥下障害、睡眠時無呼吸症の患者さんの割合は、ほぼ1:1:1です。ドライマウスは男女比で見ると10対1と圧倒的に女性が多く、年代別に見ると、60～70歳代が多く、次に50歳代と続きます。自己免疫疾患の異常で起こるシェーグレン症候群がほぼ半数を占めています。50歳代女性に好発する疾患のた

め、当院の患者像と一致しているものと思われます。また、高齢になると内服薬剤が増えるために、最近では薬剤の副作用からドライマウスを訴える患者さんも増えてきています。どのような経緯からドライマウス外来の存在を知り、当院を受診されるのですか。

橋爪●地域の病院・医院や歯科医院、市の健康増進課などに「ドライマウス外来」を告知してあります。そのため、紹介で来院される方が大半になります。

ドライマウスは原疾患や薬剤の副作用などにより出現しますが、こうした原因を取り除くのが困難な患者さんに対して、歯科衛生士としてどのように対応していらっしゃいますか。

橋爪●原因を取り除くのが困難であっても、生活習慣を改めることで症状を緩和することはできます。そのため、患者さんのQOLが向上するよう生活指導をしていくことが重要で、その手助けができるのが、歯科衛生士の役割だと思っています。

ホンネの話を聞くことで 生活改善の糸口を見つける

初診時、患者さんを接遇する際に注意していることはありますか。

橋爪●小谷院長が問診を行うとき、一緒に

話を聞くようにしています。そして別室で、患者さんの訴えや日常生活について話をさらに詳しく聞きます。初診では、口の渇きに悪影響を与えている原因を探ることが大切です。歯科衛生士は、患者側の視点に立てるので、医師には話せないホンネを聞くことができます。

ホンネを聞き出すことが、なぜ重要なのですか。

橋爪●口腔乾燥の症状を悪化させる原因になっているのは、患者さんの生活習慣であったりします。ですから患者さんの日常生活を知り、その中から影響を与えている悪習慣を見つけ出し、これを改めていただくよう指導することが、症状改善の糸口となることがあります。患者さんは、習慣的に行っていることが悪影響を与えているという自覚はありません。だからこそ私たちが見つけてあげることが重要になります。例えば裁縫好きなお客さんの話から、症状悪化の原因が長時間下を向いていたことだと判明することもあります。その方には、ときどき上を向いて首の筋肉をほぐすように指導をしたところ、口の渇きの症状が和らぎ、喜んでいただきました。

その他に初診時には、どのような指導を行っていますか。

橋爪●ドライマウスの患者さんには、唾液



医療法人美和会
平成歯科クリニック 歯科衛生士
嚥下トレーナー（DHP認定）

橋爪聖子さん

患者さんからホンネが聞けるくらいの信頼関係を築けるように心がけています。暗い顔をして来院した患者さんが、明るい顔で帰っていかれるのを見ると、歯科衛生士の仕事をしてよかったと思います。

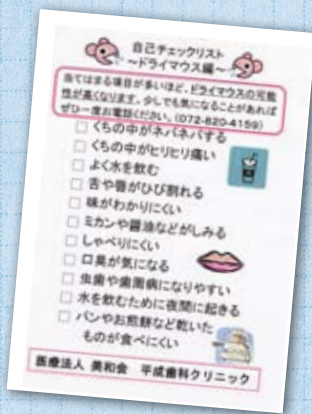


▲トイレの洗面台。口腔保湿液などを試せるように置かれている。

◀ドライマウスのポスターが貼られた待合室。



▲ 問診室。小谷院長と一緒に患者さんの話を聞き、訴えや日常生活を知るところから始める。



▶ ドライマウスの自己チェックリスト。



▲ 処置室。チェアの近くにはケア用品が置かれ、口腔ケア、歯みがき指導などをスムーズに行えるようにしている。

の分泌促進と粘膜の保湿の指導が、基本になります。また、唾液量が少ないと、歯周炎やう蝕の罹患率が上昇します。こうしたことを踏まえて、問診後に処置室でお口を拝見し、具体的なアドバイスを行っていきます。まず唾液が出ている部位をチェックしてから、唾液腺を刺激するマッサージ方法を指導したり、患者さんに適した保湿剤と一緒に選んだり、歯みがき指導をします。

オーダーメイドで作る 歯みがき指導、生活指導

生活指導で、患者さんに伝えていることをお教えください。

橋爪●口腔内が肌荒れの状態になっていますので、舌に痛みがある方には、熱いものや冷たいもの、あくが強いもの、パパイヤやマンゴーなど南国系フルーツは避けていただくようにしています。反対におすすめているのは、舌苔をきれいにする働きがある根菜類です。また、うがい薬は、保湿効果の高いものを使うことをおすすめています。アドバイスが多すぎて、プレッシャーを感じている場合もあるので、そうした方には、優先順位をつけて少しずつ生活を改善していただくように工夫しています。

原因を取り除くことができない場合、どのよう なところに注意を払って患者さんに接してい らっしゃいますか。

橋爪●シェーグレン症候群の方は、唾液分泌量が低下することにより口腔内が非常に乾燥しますので、乾燥によって起こるさまざまな症状とうまくつきあっていくことがポイントになります。生活に合った方法を患者さんと一緒に見つけ、今の症状を少しでも楽にしていって視点をアドバイスをしていきます。口腔乾燥は、例えば湿度が低下する季

▶「患者さんが笑顔になって帰ってもらえるように、これからも口腔ケアでサポートしていきたい!」と話す橋爪さん(写真左から2番目)と、小谷泰子院長(写真中央)、平成歯科クリニックの皆さん。



節は、より症状を強く感じるようになりますし、家族イベントなどの身体的あるいは精神的ストレスがかかると強くあらわれます。ですから、あらかじめイベントの話聞いて対応することが大切で、状況に応じ保湿のスプレーやジェルを使い分けるなどのアドバイスをします。口腔乾燥が軽減したという小さな成功体験を積み重ねるうちに、患者さん自身がどんなときに何をすればよいのかが、自然とわかるようになります。また、湿度が低下する秋や季節の変わり目には来院していただき、症状を悪化させない方法をアドバイスしています。疾患と長くつきあっていかなければならないときは、現在の症状にとらわれて一喜一憂せずに、長い目で見て、改善と悪化を繰り返しながら、だんだんとよくなっているというイメージでとらえ、これを患者さんに伝えるようにしています。

不安がっている患者さんの相談に上手に乗る ポイントはありますか？

橋爪●同じ悩みをもつ患者さんの話をするようにします。舌のピリピリ感や口腔乾燥に悩む方は増えているんですよ、などと伝えます。つらいのは自分だけではないことを知ると、安心していただけるようになります。何回か通院するうちに症状とは関係のない話まで聞かせていただけるようになり

ます。すると、歯みがきや生活の指導内容にも耳を傾けていただけるようになります。信頼関係が築けたということです。

一般歯科に受診された患者さんの口腔が乾燥しているのを発見したとき、歯科衛生士さん にできることはありますか？

橋爪●ドライマウスの病態に関する知識をもったうえで、診療中もこまめに洗口をしてもらうとか、洗口液として保湿リンスを用いるといった心づかいができると、患者さんから喜ばれますね。今後、超高齢化社会になれば、多剤服用の方が受診する機会は確実に増えますから、ドライマウスの知識をつけておき、対応することは大事なことです。患者さんに喜んでいただければ、信頼が得られますから、その後のケア対応も格段にやりやすくなると思います。

取材を終えて

ドライマウス外来で、歯科衛生士としての技術力に加え、コミュニケーション力を発揮して、患者さんのよき相談相手となっている橋爪さんの、はつらつとした仕事ぶりが印象に残りました。(A)



カリスマDHが
教える

満足度を高める 接客のヒント

歯科衛生士にとって、技術と同じくらい重要だともいえるのが、患者さんとのコミュニケーション技術。

患者さんの口臭は、口腔ケアを行ううえで重要なチェックポイントですが、なかなか伝えにくいもの。女性患者さんの場合は、更年期との関係なども考慮して、科学的に説明しましょう。



カリスマDH
沢口由美子さん

さわぐち・ゆみこ／1959年東京都生まれ。1998年に長男を出産し、子育てをしながらフリーランスの歯科衛生士として活躍。「亡くなる前日まで、臨床で仕事をしていたい」というほど、DHの仕事に誇りと愛情を抱いている。DHのレベルアップのためのセミナーも多数行う。共著に『継続通院したくなる歯科医院のスタッフ育成計画』（わかば出版）など。

患者さんの口臭が 気になったときは？





女性ホルモンについての知識をもっておこう

私たち歯科衛生士の仕事は、口腔内を通して、患者さんの全身の健康を診ることだ、という意識をもちましょう。患者さんの健康を守るためには、歯科だけでなく他の診療科の知識も得ておくことが大切です。特に女性ホルモンは、口腔環境にも大きな影響を及ぼすため、妊娠中や出産後、更年期などは、歯のトラブルが起こりやすい時期なので、注意して観察するようにしましょう。女性ホルモンが減少してくると、まだ40歳代でもドライマウスなどの症状が出てくることがあります。更年期は女性にとってデリケートな話題なので、専門職として正確に伝えられるよう知識をもっておきましょう。



口臭が気になったら唾液の分泌量をチェック

患者さんの口臭が気になるときは、まず唾液の分泌量の減少を疑いましょう。口を開けて処置をするときに気をつけていれば、唾液があまり溜まってこないことに気づくはずですが、口臭や口内の汚れを指摘されるのは、患者さんにとってショックなこと。「磨けていない」「汚れている」という表現はなるべく使わないようにしましょう。唾液の減少により、歯ブラシで落とすにくい汚れに変化してきていることを説明して、「唾液の流量検査」を行います。定期的なクリーニングをすすめると同時に、口の体操やマッサージ、グッズの活用など、セルフケアについても指導するとよいでしょう。

10 更年期に向かって女性ホルモンが減ると、唾液が減少することがあるそうです。

11 歯周病などのリスクも上がるので早めに対処しましょう。

12 検査の結果、やはり唾液量が少ないですが、心配いりませんよ。

13 歯ブラシでは落ちにくい汚れに変わってきているので、クリーニングの回数を増やしましょう。

14 それにお口を動かす体操や……

15 あごの下のマッサージも効果的。ほうれい線もうすくなりますよ。

16 お口の潤いを保つグッズもありますよ。

17 更年期障害の治療をすると改善することもあるので、婦人科へ受診する方法もありますよ。

あういげ
やってみます
大丈夫!
ホッ

若いのに東直りになるわ!

口臭が気になる患者さんへの対応のコツ

- 唾液の減少を見落とさないようにする
- 口臭を直接指摘せず、唾液の役割や減少の影響について説明する
- 更年期や女性ホルモンと口腔環境の関係について説明できるようになる
- 「磨けていない」はNG
- 口の体操やマッサージ、口の潤いを保つグッズの紹介など、クリーニング以外の対処法も説明する

「フッ化物塗布&フッ化物洗口」と「ホームケア」のおすすめ商品

「フッ素」はう蝕の予防に効果的な成分とされ、フッ化物歯面塗布、フッ化物洗口、フッ化物配合歯磨剤に応用されています。

お子さまから高齢者までの、う蝕の予防にサンスターからの提案です。



フッ素歯面塗布剤

バトラー フローデンフォーム N 150mL

BUTLER Fluident Foam N

保険適用 医療用医薬品

簡単、簡便に歯列全体に塗布できるフォーム（泡）タイプの「中性」フッ素歯面塗布剤です。中性タイプですので、補綴物や矯正装置の装着された患者様にもお使いいただけます。グレープ味。

※効能・効果、用法・用量、使用上の注意などについては添付文書をご参照ください。



フッ素歯面塗布剤

バトラー フローデンフォームA
酸性 2%

150mL

BUTLER Fluident Foam A

保険適用 医療用医薬品

簡単、簡便に歯列全体に塗布できるフォーム（泡）タイプの「酸性」フッ素歯面塗布剤です。レモンライム味。

※効能・効果、用法・用量、使用上の注意などについては添付文書をご参照ください。



サンスター株式会社 〒569-1195 大阪府高槻市朝日町3-1

[資料請求先]

医薬品インフォメーションセンター TEL 072-682-1195



液体
タイプ

フッ化物洗口剤

バトラー F 洗口液 0.1%

250mL

BUTLER F Mouthrinse 0.1%

薬価基準対象外

医療用医薬品

フッ化ナトリウム0.1% (フッ化物イオン濃度450ppm) 配合の液体のフッ化物洗口液です。溶かす手間がないので、家庭や学校で簡単にフッ化物洗口ができます。洋なし味。

※効能・効果、用法・用量、使用上の注意などについては添付文書をご参照ください。

液状
ハミガキ

う蝕・知覚過敏を防ぐハミガキ

バトラー ルートジェルF

250mL

BUTLER Professional Product

医薬部外品

露出根面のセルフケアに使いやすいブラシ付きの「う蝕・知覚過敏予防ハミガキ」です。3つの有効成分でう蝕を予防し知覚過敏で歯がしみるのを防ぎます。フッ化ナトリウム (905ppm) 0.2% 配合で、露出した象牙質の再石灰化を促進し、う蝕の発生と進行を防ぎ、塩化セチルピリジニウムの殺菌作用によりう蝕を防ぎます。また硝酸カリウムで歯髄神経への刺激伝達を阻害し、知覚過敏で歯がしみるのを防ぎます。

※効能・効果、用法・用量、使用上の注意などについては添付文書をご参照ください。





フッ素歯面塗布剤の使い分け、 知っていますか？



う蝕予防処置で用いるフッ素歯面塗布剤。
フッ素歯面塗布剤にはpHが中性のものと酸性のものがあるのを、ご存じですか？

フッ素を塗布する前に…

塗布前には、口腔内の状態をチェック。
酸性と中性では特徴が異なるため、患者様の口腔内状態、来院状況に応じたフッ素歯面塗布剤を選択し、う蝕予防処置を進めましょう。より効果的にう蝕を予防するために、プロフェッショナルケアでのフッ素塗布に加え、ホームケアでのフッ素の使用についても、患者様への説明・指導が重要です。



酸性 フッ素歯面塗布剤

- 歯面へ年1～2回、単回塗布する。
- 塗布回数が少ないため、院内処置のみならず、集団検診の場でも活用できる。

中性 フッ素歯面塗布剤

- 歯面へ2週間に3～4回塗布を1クールとして、年1～2回塗布する。
- 補綴物や矯正装置、インプラントのある口腔内にも使用できる。

Information

お便り
お待ちしております！



● 皆様の輪がどんどん広がる 「歯っピースマイルクラブ」

「歯っピースマイルクラブ」では皆様からの投稿をお待ちしております！ 日々のお仕事や、診療室での出来事、今号の記事についてなど、あなたのご意見・ご感想をお聞かせください。

● 便利な読者登録 **購読無料**

読者登録用紙にて「歯っピースマイルクラブ」の読者登録ができます。ご登録いただいた方には、最新号を定期的にご送付いたします。
なお、1度ご登録いただいた方は再度ご登録する必要はありません。

お便りの応募・読者登録はこちらまで

FAX 072-684-5669

受付時間24時間

※ 専用のFAX用紙を利用されますと便利です。

サンスター歯科用商品は、歯科流通業者様よりご購入いただけます。
今後ともご愛顧賜りますよう、よろしく
お願い申し上げます。

郵送でも
受け付けて
おります。

〒569-1133 大阪府高槻市川西町1丁目35-10 サンスター株式会社
「歯っピースマイルクラブ」係