

Book Review



嚼育

口腔からはじめるサクセスフルエイジングのために

安達恵利子・林 揚春・武田孝之 著



Reviewer

渡辺隆史 Takashi Watanabe
(福島県・小滝歯科医院)

A4 変判, 72 頁
定価 4,725 円
(本体 4,500 円+税 5%)
医歯薬出版刊



「嚼育」って何？ まずは興味をそそられる。著者らは「噛むことによる生体機能や交感神経系の活性化をもたらす経年的な健康維持を目指した指導方法」を嚼育と表現した。その着想点と先見性に驚かされる。さらに、筆頭著者の安達恵利子先生が歯科衛生士であることに再度驚かされた。著者は第二章で「噛める＝健康という訳ではないのです。咀嚼機能の回復とともに咀嚼の重要性を説き、生活指導、食事指導を行うことで初めて患者さんを健康に導くことができるのです。歯の治療終了時はゴールではなく、スタート地点なのです」と述べている。そしてそのスタートを歯科衛生士が担っていくというのである。この本は、まさに歯科衛生士の新たな役割を提唱した一冊となっている。

著者らは、嚼育を行うための基礎的な知識をわかりやすく解説したうえで、高齢者の身体的特徴とその対応について触れている。超高齢社会では、

高齢者が寝たきりにならず、健康な状態で寿命をまっとうできることが、とても重要な課題となっている。そのためには、「噛む」ことが最重要といってもよい要素であることは明らかである。咬合を基盤とした学術団体である日本顎咬合学会は、学会活動を通して、「噛む」ことがいかに健康長寿に直結しているか、超高齢社会にとって「噛める」機能を維持する医療がいかに大切かということを国民に提唱している。著者らもまた「口は臓器の一つであると患者さんにも理解していただく必要がある」と述べている。今、われわれ歯科医療従事者は、一口腔単位ではなく一全身単位で口腔の健康を説明できる能力を必要とされているのかもしれない。

この本の特筆すべき点は、説明に必要な知識だけでなく、患者を説得するためのツールでもある「食生活チェック表」や「高精度体成分分析表」について詳しく解説されていることであ

る。患者はこれらの分析結果を聞くことによって、自分の栄養状態を客観的に知ることができる。これは、内科で血液検査や尿検査で健康状態を説明されることに似ている。まさに口腔内科のようなものである。

最後は症例呈示で締めくくられている。歯科医師と歯科衛生士の嚼育を活用したチームプレーの方法が詳細に解説されている。よく咀嚼し栄養管理をすることで、全身の健康が取り戻される。しかし、その根底にきちんとした歯科医療や衛生指導があることはいうまでもない。

『嚼育 口腔からはじめるサクセスフルエイジングのために』を読み終えて、患者の全身管理を目指した臨床的アプローチの必要性を改めて感じた。型にとらわれず意識改革をなさい、という著者らのメッセージが聞こえる。

もう一度著者の言葉をかりて「歯の治療終了時はゴールではなく、スタート地点なのです」。ぜひ一読あれ！