

“力のコントロール”の重要性を感じる一冊！



噛み癖・食いしばりに注意！

—3つのリスクから歯を守る—

鈴木 尚著

A4判変 / 40頁 定価：本体 2,800円 + 税
医歯薬出版刊（2013年5月発行）

東京都中央区・ナオ歯科クリニック
評・大野綾子（歯科衛生士）



当院に来院する患者さんが必ず持参されるもの、それは診察カード、保険証、そして「ナイトガード」。これはもちろん、本書の著者である当院院長が、口腔内のトラブルを引き起こす原因の1つとして“歯に加わる「力」”を重要視し、治療に取り組んできたからです。

入局したてのころは、ナイトガードをお持ちになる患者さんが多いことに非常に驚きました。新人歯科衛生士の私は、歯を失う二大疾患は“むし歯と歯周病”と認識していましたが、“歯に加わる「力」”も重大な疾患を引き起こすということはまったく未知のことでした。適切なブラッシングで口腔内の細菌をコントロールし、むし歯や歯周病の対策を施しても、歯を守りきれないことがある。「力」が口腔内の悪化の大きな原因となることを、私自身、臨床経験を重ねるなかで学びました。

“歯に加わる「力」”というと非常に曖昧な

ものに聞こえますが、本書の第2章にあたる『歯の大敵・「力」を知ろう』では、噛み癖、食いしばり、歯ぎしりなど、人が無意識に行っている、自身では気づきにくいさまざまな「力」が紹介されています。特に、食いしばりなどは患者さん自身が気づきにくく、問診を行っても自覚されている方が少ないのが現実です。しかし、食いしばりや歯ぎしりは口腔内にその症状が出ているものです。私たちは患者さんの口腔内、そして外見の特徴を含めて観察をすることで、「力」の存在をみつけ出すことが大切です。

最終章の『「力」で歯を失わないために』では、患者さん自身に「力」を自覚してもらい、予防を手助けするための対策が紹介されています。硬い食べ物が好きかどうかといったことから、左右いずれかの噛みやすい側だけを使う癖の有無など、問診しながら進めていく必要がある部分ですが、写真を多用した本書を読むことにより、実臨床の場で患者さんに理解を促すうえで大きな助けになると感じます。

また、ナイトガードの利用は、患者さんに歯ぎしりの跡を見せることで「力」の存在を自覚してもらおうといった点でも有効であり、患者さんの癖に合わせて何種類かのナイトガードを使い分けるといった対応が、当院のこれまでの実績を元に紹介されています。

私が所属する歯科衛生士によるスタディグループでも、最近では、ブラークコントロールだけではなく、この「力」に関する話題が頻繁にディスカッションに出てくるようになりました。皆さんの大好きなディズニーランドには、隠されたミッキーマウスの顔、“隠れミッキー”がありますが、私たち歯科衛生士は、日々の臨床のなかで患者さんの口腔内から“隠れリッキー（力）”を探し、指摘することが大切です。本書は炎症のコントロールに留まらない、“力のコントロール”の重要性をあらためて感じる一冊となると思います。