

# Book Review



## カリエスブック

5ステップで結果が出る  
う蝕と酸蝕を予防するカリオロジーに基づいた患者教育

伊藤直人 著



Reviewer

西川義昌 Yoshiaki Nishikawa  
(鹿児島県・すみよし歯科勤務)

A5判, 120頁  
オールカラー  
定価(本体4,000円+税)  
医歯薬出版刊



本書は、う蝕の原因が細菌感染ではなく、さまざまな細菌の環境と生態が変化することによって起こる非感染性の疾患であるという Marsh の「生態学的プラーク説」に立ち、そこから「う蝕治療の主役は患者さんである」という伊藤先生の臨床コンセプトを基に書かれた本である。

現在の病因論に基づいたう蝕治療の考え方に次いで、バイオフィルム、フッ化物、糖、酸、ドライマウスの5つのう蝕に関わる因子について書かれ、最後に伊藤先生が考案した NICCS という患者教育のシステムが述べられている。

ご自身の臨床での試行錯誤から生まれたというだけあって、NICCS は 10 の質問項目からう蝕の原因となる生活習慣を洗い出し、患者さんに簡単な行動を促すことによってう蝕と酸蝕を防ぐという、どの歯科医院でも、誰が行っても結果を出せそうなシンプルさが特徴である。

また、本書は 1 ページで 1 テーマが完結する構成で、質問に対する答え

の形式で話が展開されていく。簡単な質問文は、まるで短時間で作れる料理の簡単レシピ本といった体で読みやすく理解しやすいが、その中身はギュッと詰まって濃く、骨太である。ほぼすべての項目にエビデンスとなる代表的な文献が示されているため信頼性も高く、より深く知りたい読者は自身で探究していくこともできる。

たとえば、「キシリトールガムはなぜう蝕予防になるの?」という項目では、「研究の多くは、バイアスが大きくエビデンスの質が低い」とあり、「細菌に直接働きかけて酸産生を抑制する」わけではなく「キシリトールガムを食べると、歯根膜と味覚への刺激により唾液が出て、唾液の緩衝能により間接的にう蝕をコントロールできる」と書いてある。

そうだったのか! キシリトールのう蝕予防作用は、代用糖の甘味で唾液が出ることによる緩衝能によるものだったのかと、目から鱗状態になる。もちろん、ここにも根拠となる文献がしっかり提示されている。

このように、1 ページ完結でとつきやすく簡単そうな見た目に対し、内容が濃いため 1 行も疎かにして先に進めない。ストーリーの順序にも十分配慮されているため、読み進めるにつれカリオロジーがより深く理解できるようになっており、NICCS の章になると患者教育を含め、臨床にすぐに応用できるような本に仕上がっている。筆者には酸蝕症の章がとて面白く、これから臨床でしっかり検討していこうと思う。

筆者の臨床では、PCR が 15% 以下になるよう食後の歯ブラシとフロスを患者さんに指導しているが、本書を読んで個々に応じたもっとフレキシブルな対応ができることを知った。当院ではフッ化物配合歯磨剤は特に薦めていないため、そのう蝕抑制効果が得られない分、よりシビアな糖の摂取制限や完璧な歯磨きが必要であることも学んだ。

う蝕の原因とその対策について、痒いところに手が届くように書いてある本書は、歯科医師、歯科衛生士はもちろん歯科技工士にもオススメの本と言える。