

明日から患者さんのTCHを  
発見しよう！



### TCH (歯列接触癖) って知っていますか？

あなたの「痛い」の原因はTCHかもしれません

佐藤文明 著

A4判変/40頁 定価 3,500円＋税  
医歯薬出版 (2019年10月)

東京医科歯科大学 大学院医歯学総合研究科  
地域・福祉口腔機能管理学分野  
評・日高玲奈 (歯科衛生士)



「あなたの『痛い』の原因はTCHかもしれません」というサブタイトルに目を引かれます。「痛み」の原因の1つにTCHを選択肢として考える歯科衛生士は、そう多くはないと思います。日ごろの診療のなかで、「夕方になると義歯がきつくなる」患者さんの主訴が改善しない経験はありませんか。もしかしたらそれは、TCHが原因かもしれません。

TCHという言葉は2006年に論文発表されて以来、歯科医療従事者のなかで広まりつつあります。しかし、言葉が独り歩きしてしまうケースも多く、TCHを正しく理解することは容易ではありません。本書ではTCHの定義を明示するだけでなく、発見方法や対処法までを

一連の流れとして、図を多用しながら説明しています。最後まで読めば、TCHを発見し、是正指導を行うことができるようになるでしょう。

実際に本書を手にとって、読んでみてください。本文のフォントが通常よりも大きく、すべてのページに図や表、写真が掲載されていることに気づきます。特にTCHを判別するためのテストを紹介しているページでは、簡単なチャートでわかりやすく記載されています。専門職がみずからの学びのために利用するだけでなく、歯科保健指導の際に本書を見せながら使用できるよう工夫されていることがわかります。

第6章では、顎関節症をはじめ症例が6つ紹介されています。どれも臨床のなかで遭遇するケースです。もしかしたら、皆さんが困っているケースと似た症例もあるかもしれません。ポイントはすべてのケースで歯科医師はもちろん、歯科衛生士が問診や歯科保健指導などのかかわりのなかで発見できる内容となっていることです。歯科衛生士は患者さんの口腔内だけでなく、食生活など日常生活全体の情報を収集し、指導を行います。むしろ歯科衛生士のほうが先に気づくかもしれません。

また、第8章ではTCHの是正指導について説明しています。指導を行ううえでの注意点も併せて記載されているため、本書のとおり歯科保健指導を行えばすぐに実践できるでしょう。習癖に対するアプローチは、歯科保健指導を行う歯科衛生士が長けていると思います。TCH是正もブラッシング指導などと同じように行動変容法を基本としています。

毎日の臨床にTCHのエッセンスも追加してみませんか。歯科医師だけでなく、歯科衛生士の方にぜひ読んでいただきたい一書です。TCHの是正指導もできる歯科衛生士としていっしょに頑張りましょう。