

ケアの心

見つめる

「歯科医療は際限のない石積みをしているようなものだ」と言った人がいます。積んでは崩れ、崩れてはまた積む。そんな治療と再発の繰り返しにピリオドを打つために、一体私たちは何をしたらいいのでしょうか。

それは失った組織を修復するだけではなく、その原因となっているむし菌、歯周病菌の除去に目を向けることです。

もちろん患者さん自身によるブラッシングはとても大切ですが、「病気にかかりやすい」ということは、つまり「リスクが高い」ということですから、たとえ一時的に高いレベルのセルフケアが獲得できたとしても、長期的に見れば、体調や生活の変化などで、患者さんは容易に再発の危険（細菌たちのえじき）にさらされてしまいます。

もともと齲蝕、歯周病というのは、そういったたぐいの病気なのです。

ですから、長い期間にわたってそれらを予防したり管理したりしていくためには、医療を提供する側に「リスクを見つめる目」と「それに対処するための継続したケアシステム」がぜひとも必要となります。

■ 守る

ゴーストバスターズという映画がありました。ニューヨークを舞台にした“幽霊退治屋”の物語です。この中で圧倒的な力を持つゴーストに、プロの退治屋集団がさまざまな武器を駆使して立ち向かっていきます。

例は適切かどうかわかりませんが、いわゆるハイリスクの方たちにとって、齲蝕・歯周病菌というゴーストに立ち向かうためには、“ブランクバスターズ”とでもいうべき強力な助っ人が必要と思われれます。

最近の研究では、同じプラークでも、「単に歯の表面付近で浮遊しているもの」と、「硬組織表面に固着した状態のバイオフィーム状のもの」があることがわかってきました。

私たちが「ブランクコントロール」を語るときには、この二つを分けて考える必要があります。

歯磨きで除去できるのは、浮遊した細菌群だけであり、多糖体に被われ、成熟した細菌集団であるバイオフィームは、ホームケアによる歯磨きでは簡単に除去することはできません。うがい薬やとっておきの抗生剤の軟膏も、バイオ

フィルムという鎧をまとった細菌たちにはヘナチョコ玉でしかありません。

やつらをあわてさせるには、そのアジトに踏み込んで、ひっかき回さなくてはならない。つまり、定期的なプロのクリーニングが不可欠なことなのです。さらにこの徹底的なクリーニング作戦を成功させるためには、プロの側に細菌と真っ向から戦うための強力な武器が必要ということになります。

■ 戦う

くりかえしますが、敵（細菌）は豊富な栄養を蓄えた要塞の中にあり、水攻めや兵糧攻めにはびくともしません。超強力な粘着力を持つ鎧におおわれた見えざるゴーストたち、しかもその数なんと数千億。圧倒的な数量作戦で立ち向かってきます。

さて、か弱き患者さんを守り、危機から救いだすために、いかにしてその堅牢な要塞の奥深くまで踏み込むか。

ここで映画のように火器や劇薬が使えるればいいのですが、舞台が生体の中ではそうもいきません。私たちに許された方法は生体を傷つけることなく、そっと細菌だけをこすり取る、はがし取ることだけです。戦うための武器は限られています。勝負はそれらをどう使いこなすかにかかっています。根気と繊細なテクニックだけが頼りなのです。

■ 寄りそう

私たちがそんな「診療室における口腔ケア」の必要性に気付いてから、早いものでもう10年以上が経過しました。当初は口腔ケアについての手引書や器材も乏しく、文字通り手探りの状態からのスタートでした。

私たちはまず、探針などの器具でそっとプラークをこすり取る作業（ディプラーキング^{図1}）と、その前後のポケット内洗浄（^{図2}）を、できるだけ頻繁に行うことから始めてみました。その根底にはブラッシングを中心とするセルフケアから、こちらで積極的に「お口の中を洗う、磨く」というプロのケアへの転換という大いなるもくろみがありました。

成果は思ったより早くやって来ました。わずか数ヶ月で、患者さんの口腔内が驚くほどきれいになっていったのです。「ちょっとした発想の転換が、これほどの成果を生むとは・・・」、まさに新鮮な驚きでした。

さらに、クリーニングの能率を高めるために、それまであいまいな位置づけだったスウェーデンのPMTCシステムを再評価してみることにしました。（^{図3}

~ 図 9) いま思えば当時のシステムはきわめて稚拙なものでしたが、それでも手用の器具でコツコツと行う口腔ケアに比べれば圧倒的な効率の良さでした。

それに伴い、患者さんの表情が明るくなり、重症の歯周病の方から、腫れなくなった、噛めるようになったという言葉が頻繁に聞かれるようになりました。それぞれの患者さんが抱える口腔領域以外の問題も、メンテナンスを重ねる度につかみやすくなってきました。

次々と新しい器材を整えることがスタッフの意識に活力を与え、それが同時に患者さんの笑顔につながっていく。それは、今まで経験したことのない確かな手ごたえでした。振り返って思えば、私たちの医療が、「患者さんを励ます医療」から「患者さんに寄りそう医療」に転換したとてもエキサイティングな瞬間でした。

PMTC をはじめとする口腔ケアは、単なるテクニックではなく、自らの臨床を映し出す鏡であり、歯科医療そのものを根本から見つめなおすための試金石でもあったのです。(症例 1~2)

■ 救う

「口の中の景色が変わったみたい……！」

PMTC のあとで、ある患者さんがふとつぶやいた言葉です。そんな思いがけない言葉だけでなく、長い間診療室で口腔ケアを続けていると、それまで見えなかったものが急にはっきり見えてくる瞬間があります。

例えば口腔乾燥症。私たちが「口の渇き」について意識しだしてからまだ日は浅いのですが、「意識することで見えてくる驚き」を日々実感しています。それを気づかせてくれたのは、口腔清掃が一段落したあとのある患者さんの「信じられないほど楽になりました」という一言でした。口渇に悩む人たちにとって、口腔ケアの知識や技術は、齲蝕予防、苦痛緩和だけでなく心のケアの面からも、大いに役立つのです。

それまで同じように見えていた重度歯周病も、患者さんが抱えている全身の病気やストレスなどを意識することで、みな違って見えてきます。抜歯の時期もそれぞれ違いますし、その過程で精神的な援助が求められていることも、長期的なケアを通して気付くことができました。

それらはいつも新鮮な驚きをともなって、突然私たちの臨床のなかに姿を現し、そこからまた新たなケアのシステムが生まれていきました。

実際の臨床では、医療担当者として「患者さんを助けた」という感覚よりも、「患者さんを救った」と思われる瞬間に遭遇することも稀ではありません。

PMTC や口腔洗浄、各種含嗽剤の使い方など、自院における口腔ケアのシステ

ムを見直すことで、さまざまな全身疾患を持った患者さんのヘルスケアだけでなく、今後需要が一層増すと思われる「出かける歯科医療」(要介護高齢者の訪問診療など)の領域においても、歯科医療の可能性はますます広がることと
思います。(症例3)

■ 支える

恥ずかしながら告白しますが、私が歯科医になったばかりの頃、「補綴物がもたないのは、適合が甘いから」と信じきっていました。確か大学でもそう教わったような気がします。人一倍、形成や印象の勉強を続けた自負もあって、適合に関しては自信がありましたから、その後もしばらくの間、「自分こそうまい歯医者」とタカをくくっていました。ケアやメンテナンスなどは気にも留めませんでした。若気の至り、全くノー天気な話です。

そしていま、縁あって母校の学生たちに臨床実習を教える身になって、一番戸惑うのは、いまもなお教育は治療治療の連続だということです。もしかしたら今でも学生たちは「補綴物がもたないのは、適合が甘いから」と信じているかもしれません。

P についても似たようなもので、例えば急発でつらそうな患者さんが来院しても、まず診査、投薬、ブラッシング指導。誰も病気のみなもとであるプラークをやさしくぬぐい取り、ポケットをそっと洗ってあげる者はいません。器材すらないのです。つまり大学というところは、あくまで診断や治療を教育する機関であって、歯科医たちはそれに慣れきって臨床の場に踏み出していくのです。

医学の世界では、たとえケア的な行為によって数年にわたって病状が安定していても、それだけでは何も評価されません。ケアは明らかに医学を必要としない人や、医学に見放された人を扱う一ランク下の領域であり、たとえ一瞬であっても医師の大いなる力?で、“病気が治る”ことこそが重要なのです。医師が何か手を下すことで、一時的にせよ病気が治癒の兆しを示せば、それで大満足なのです。

そこには、患者さんを見守る、患者さんを支える視点が決定的に欠如しています。

かつてナイチンゲールが崇高な看護の精神を世に問うたように、いま歯科の世界でも、誰かがケアのすばらしき可能性について声を上げなければなりません。そして、それが医学の世界に着実に根を下ろすためには、「ケアによって確実に病気の原因を断つことができる」という臨床家の実績が是非とも必要です。それは、かつて華やかに誌上をにぎわしたような修復技術のオンパレードとは

全く異質の、地道な臨床の蓄積から始まるのです。

*

医療が「病気を治す」ためだけに存在するとすれば、私がこれまで述べてきたことは、あるいは医療とは違う次元の話かもしれません。しかし、ケアの視点で臨床を見つめ直すということは、決してつまらないものではなく、実は新しい発見、豊かで楽しい臨床への第一歩なのです。

この小文をお読みいただいた先生方、歯科衛生士の皆さん、明日から「治す」ためだけの無味乾燥な臨床と決別して、口腔ケアの大いなる可能性の旅に旅立ってみませんか。

以上 本文のみ 4042 文字

株式会社 松風

岩本 様

ご依頼の原稿をお送りします。

ご希望にそえたかどうかわかりませんが、PMTC の詳細なテクニックについては、来年医歯薬から出版の予定なので、コンセプトを中心にまとめてみました。

こちらの希望としては、この文章をお読みいただいて印象に残った事柄について、いくつかのイラストをお作りいただければ幸いです。

また、文章のなかのいくつかのフレーズは、医歯薬の本でも使わせていただくことになると思いますので何とぞご了承ください。

内山茂