



近年、医療の現場では「患者さん中心」という言葉を頻繁に耳にするようになりました。昔の医療は医師が「この治療を行います」といえば患者さんは「よろしくお願ひします」という治療のイメージがありますが、今は違います。「インフォームドコンセント」、「セカンドオピニオン」などの言葉が出てきていますが、様々な治療法のメリット・デメリットを医師に説明してもらい、その上で患者さん自身が納得し、自分に合った治療法や病院を選ぶことができるのです。患者中心の治療というのは「自分の治療に主体的に参加し、選ぶ」ということです。

信頼できる情報を得るには？

皆さんは専門的な知識がない中で自分の治療法や病院を選ぶときにどのようにして選びますか？多くの人はテレビや雑誌で紹介された治療法やインターネットを通じて情報を得ていると思います。しかし、残念ながらメディアで伝わってくる情報やインターネットに出てくる情報はすべて正しい訳ではありません。もちろん信頼できる情報もたくさんありますが、専門家からみると全く見当違いのことを言っているものもあります。2年ほど前には「納豆はダイエットによい」という捏造された情報がテレビで放送され、大きな話題になったこともありまし

た。このようにあいまいな情報があふれている中でどのようにして適切な情報を選び出し、どのようにしたら信頼できる情報を得ることができるのか？その答えが「EBM」にあります。

EBMが患者中心の医療に不可欠！

前回もお伝えしましたがEBMとは治療や薬の効果を長期間フォローアップした結果から得られる科学的根拠に基づいて、患者さん

に治療法や薬の処方をしていくという考え方です。医療者は患者さんを治療する時、EBDENSを基にしています。EBMは、患者中心の医療に欠くことができないものであり、そのためには医療者側・患者側の両方がEBDENSを理解し、その上で利用していくことが必要なのです。

EBDENSの信頼性

では患者さんは何を調べればいいのか？

- EBMの基準になつてい
- るのは、世界中の研究者が
- 発表している論文というこ
- とになります。論文であ
- れば何でもいい訳ではあり
- ません。EBDENSを出す
- 研究方法にはいくつかあり、
- その研究方法によって「エ
- ビデンスレベル」が変わっ
- てきます。この「EBDENS
- スレベル」とは、信頼性と
- 言い換えてもよいでしょう。
- 具体的に研究種類を書き出
- してみるとEBDENSレベ
- ルは
- la ランダム化比較試験のシ
- ステマティックレビュー
- lb ランダム化比較試験
- llb コホート研究、追跡率80%
- llc アウトカム研究、生態学的
- 研究
- llla 症例対照研究のシステ
- マティックレビュー
- lllb 症例対照研究
- IV (対照を伴わない) 症例研
- 究、横断研究など
- V 批判的吟味を伴わない権威
- 者の意見、症例報告など

未満のランダム化比較試験
アウトカム研究、生態学的
研究
症例対照研究のシステ
マティックレビュー
症例対照研究
(対照を伴わない) 症例研
究、横断研究など
批判的吟味を伴わない権威
者の意見、症例報告など
の順で高く、高ければより
信頼性が高いと考えられ
ています。
あまりなじみのない言葉
が並んでいるのでよくわか
らないかも知れませんが、
次号は研究種類についての
説明と具体的な論文検索の
方法を紹介したいと思いま
す。

**マツバラタイキの
ちょっと横道**



子供による凶悪犯罪が増えているというニュースをよく耳にします。しかしデータ(未成年の殺人犯検挙人数) 警視庁犯罪統計書より)を分析してみると、少年による殺人事件が最も多いのは戦中から戦後で、その後は減少に転じ、今に至るまで増加傾向はまったく見られません。メディアが神戸児童殺傷事件などの一部事件の残酷性を大きく取り上げ、その結果にもっともらしい理屈をつけたため、今の少年は凶暴化している

というイメージを持ってしまっているのかもしれない。(分析したデータが殺人犯検挙数のみなので何とも言えませんが……) 医療だけでなく、普段から当たり前だと思っていることにもデータを使うと違った見方ができると思います。

あなたの体験を聞かせてください
ひるま矯正歯科で治療中、または治療終了された皆さま、治療体験を聞かせていただけませんか？矯正治療を始めた理由は？ひるま矯正歯科を選んだのはなぜ？大変だったことは？……インタビューは『ひるまだより』編集部が担当。『ひるまだより』とHPに掲載させていただきます。詳細はスタッフまで！

はじめてまっくん！



受付・千葉亜紀子

昨年9月から受付を担当させていただいています。私は小学校低学年の頃に矯正治療をしていました。装置が入ったばかりの頃、全部の歯が虫歯になったんじゃないかと思うくらい痛くて泣いたり、うまく話せ

なくなったり男子にからかわれたり少しせつない記憶があります。ある日の放課後、担任の先生が歯科矯正のしくみを説明した番組のビデオを流し始め歯科矯正がどういうものか、私がなぜ治療をしているのかを説明し、男子達を前に集めて「千葉がきれいになっても知らないぞ」と言ってくれた時、恥ずかしい事をするんじゃないんだとほっとしたのを覚えています。歯並びがすっかりきれいになると、いつの間にか月

1回の通院もしなくなっていました。その後親知らずがはえたりしてあの頃のきれいな歯並びはどこへ……というのが現状です。ひるま矯正歯科で働き始めて保定装置を初めて知った時驚きました。メインテナンスの大切さを知っていたら違ってたかもと後悔しています。忙しい中通院されている患者さんが通いやすく、治療の不安や疑問をなげかけてもらえるような受付になりたいと思っています。