

Under 20

vol.10

「生えはじめの歯にこそフッ素を！」



ひるま矯正歯科 歯科医師
布田花子

生涯を通して健康な口腔内環境を維持するために、ひるま矯正歯科では「Under 20: 20歳までの口腔内を徹底して管理し、むし歯・歯周病のリスクを低下させ維持する事が将来的な口腔内の健康に有利に働く」ことに注目し、取り組みを進めています。

フッ素の効果について

フッ素（フッ化物）は、むし歯予防に効果があるため世界各国で利用されています。日本でも、家庭で使用するために市販されているフッ化物配合歯磨剤やジェル、乳幼児期から保健所や歯科医院で行うフッ素塗布、学童期に学校で行うフッ化物洗口など、さまざまな取り組みがあります。フッ素というのは具体的には「モノフルオロリン酸ナトリウム」「フッ化ナトリウム」「フッ化第一スズ」など。これらが、歯質強化（Ⅱむし歯になりにくい強い歯にする）、再石灰化の促進（Ⅱむし歯になりにくい溶けた

部分を再生しようとする働き）、むし歯菌の活動抑制（Ⅱむし歯菌が酸を作る活動を弱める）などの働きをすることでむし歯予防に効果を発揮するのです。

フッ素を吸収しやすい時期

乳歯や生えだての永久歯は未熟なため、表面構造が弱くむし歯になる確率が非常に高い状態です。歯の表面を覆うエナメル質がやわらかく、軽石のようにでこぼこしており、むし歯菌やプラークが付着しやすく、むし歯になると進行も速いため特に注意が必要な時期です。外部からの影響を受けやすいこの時期は、危険が高い状態である反面、フッ

素を吸収しやすい時期でもあります。そのため、この時期に歯科医院でフッ素塗布を行ったり、家庭でフッ化物製品を使用することは、効率よくむし歯を予防する方法なのです。

効果的な使用方法

歯科医院で行うフッ素塗布（Ⅱプロフェッショナルケア）と、家庭で使用するフッ化物製品（Ⅱホームケア）は濃度や効果に違いがあります。歯科医院で定期的に塗布する医療用のフッ素は高濃度であり家庭用の約10倍の濃度。お口の中をクリーニングしてフッ素が浸透しやすい状態にしてから、安全に配慮して塗布を行います。生えだての歯はスポンジのように吸収しやすいので、フッ素が歯にしみわたり、歯質を強くし、脱灰を防ぎ再石灰化を促すことができます。一方、家庭用の歯磨剤などに含まれるフッ素は低濃度で毎日使用することでその日ダメージを受けた歯を再石灰化するのを

専門スタッフによるチーム歯科医療

Interdisciplinary Approach (インターディシプリナリーアプローチ)

夏の風物詩、高校野球を見ていると最も能力の高い選手がピッチャーで4番を打ち、守りと攻撃の要を1人の選手が担うチームが時々あります。しかし、高校に比べると球のスピードが断然速く変化球の種類も多い日本プロ野球において、打者として高い打率を残すピッチャーはほとんど存在しません。最近では日本ハムファイターズの大谷選手がピッチャーと打者で結果を残していますが極めて希有な例で、ピッチャーと4番を任されるプロ野球選手はいません。これには、高校野球に比べてプロ野球の試合数が非常に多く投手の負担が大きいという事もありますが、最も大きな理由として高いレベルで野球を行う上で、各選手が専門性を高めなければチームの勝利に結びつかないためです。

歯科医療においても、1人の歯科医師が歯を削って、抜歯をして、矯正治療も行うという事は可能ですが、全てにおいて質の高い医療を提供しようとするには限界となります。歯科先進国である欧米では、何でもこなす歯科医師はごくわずかで、各専門のスタッフが各領域を担当して総合的に質の高い医療を提供するシステムが確立されており、このようなシステムをインターディシプリナリーアプローチと呼びます。近年、日本でも質の高い医療を提供するために各専門分野の医院による連系の必要性が叫ばれています。例えば、矯正歯科は矯正歯科専門医院、歯の根の治療は根管治療専門医院、歯周病の治療には歯周病専門医院、予防には一般的な歯科医院に通うといったものです。このようなシステムは理想的ですが各医院が独立し経営す

るために各医院での設備やスタッフの配備に多くの経費が必要となり治療費が高額になること、患者さんが各医院で予約をとり時間の調整をしなければならないこと、医院間の移動に時間がかかることなどから制約が多く、途中で通院をあきらめてしまう方も少なくありません。また、各医院の間で治療に重きを置く医院、予防に重きを置く医院、患者さんの利便性に重きを置く医院、経営的な利益に重きを置く医院など診療理念に差があり、その差が治療結果に影響を与え、せっかくそれぞれの専門医院に通っているのに十分な治療結果を得られないということもしばしばあるのです。このような問題を改善するには、一つの医院で設備や専門スタッフを充実させ、診療の理念を一致させてインターディシプリナリーアプローチを行うことで、患者さんは通いやすく、医療の質を向上させ、治療費の高騰も抑えることが出来ます。

ひるま矯正歯科では、「1本の歯を生涯にわたり守る」という全スタッフ共通の理念のもと、虫歯と歯周病のリスク検査を行い、リスク検査に基づきリスクを下げる初期治療を行い、その後一般歯科医は可能な限り歯を削らない処置、再発を防ぐ精密な治療を行い、矯正歯科医は歯を機能的かつ美しい歯並びを創りメンテナンスしやすい環境をつくり、衛生士はメンテナンスにより歯を守り続けるシステムを構築してきました。今後も、さらに総合的に質の高い歯科医療を多くの方に提供し生涯にわたり歯を守りたいと考えています。私たちはこれからも努力と挑戦を続けていきます。

促します。また、高濃度のフッ素塗布によって歯に取り込まれたフッ素は徐々に減少します。家庭でフッ素を使うことにより減少する

スピードを少なくして、歯に取り込まれているフッ素の量を下げないようにしてむし歯を予防していきます。歯科医院で定期的に（通常

3〜4カ月に1度）高濃度のフッ素塗布を行い、家庭では低濃度のフッ素を毎日継続して使用するのが最も効果的な方法です。

ヒルマヤスアキのホッとひと息