

## セミナー☆まにあ

### シンプルメンテナンス



(長山和枝・わたなべ歯科)

11月に石原美樹さんのセミナーに参加してきました。

その名も“シンプルメンテナンス”

石原さんの中で、メンテナンスに移行するということは、“健康観への足がかりができていく”ということ。ただし、臨床ではなかなか理想的なメンテナンスにいける状態ばかりじゃない。

では、そんなとき、SPTに移行するということは、問題が残っていても、問題部位の状態の把握と、その問題に対して何らかの結論、もしくは方向性をもってしていること。また必要な自己管理能力と意識をもってしていること。これが『健康観の変化の足がかりを築けている』ということなのです。

石原さんの言葉の中で印象的だったのは、『健康はあくまでも自分自身で守るもの。医療の本質として、選択するのは患者さんであって欲しい。その決定に対して必要な知識や情報を医療人として正しく提供していく』。そして何より、『主役は患者さん』である。

その方自身が、歯周治療の効果をど

のように感じているのか？

歯周治療の中で何が重要とされているのか？

私たちが押しつけるのではなく、患者さん自身の言葉を、価値観を、共有させていただく。

そのうえで、資料を使って治療の効果を具体的に伝えることで、医院の価値、歯科衛生士の価値、メンテナンスの価値を感じていただける。

そこでの重要なポイントは、“患者さんレベルで理解させられているかどうか”。

伝えてはいても伝わってなければ意味がない。

“患者さんなりに”理解してもらおうよう努めるべし。

メンテナンスに終わりはない。患

者さんの生活も、状態だって変わっていく。

重要なのは、継続。

その中で、“今”のモチベーションを与え続ける。

“今”必要な情報。“今”の状態。

その後も続く理論的かつ医学的なメンテナンスに必要な知識。

そしてさらに、術者が変わって患者さんの状態や例えばブラークコントロールも変わるのならば、それは患者さんの問題でなく術者の問題。私達が果たすべき責務と、そのために怠ることなく続けるべき研鑽。

学ばせていただきました。日々の臨床に活かします。

## ★I am DH★

### ～なってよかった衛生士～



北原学院歯科衛生士学校卒業で、佐倉ウェルネス歯科医院で働いている鈴木翔子です。歯科衛生士歴8ヵ月です。

歯科医院のイメージは「痛い」「削る」「怖い」の三つがあるかと思います。

でも私がやっている仕事内容は違います。

患者さんの「リスク検査」をして「データ」をとり「予防」をしていくことです。

患者さんが思っている歯科医院のイメー

ジとは違うと思います。

まず、①患者さんの口腔内診査をして②リスクをご説明し、③リスクデータを元に予防を行っていく。この三つをやり遂げたときにすごく達成感を感じます。

まだ歯科衛生士の経験も短くて大変ですが、何よりも患者さんの「ありがとうございます」の言葉はとてもうれしく、歯科衛生士になってよかったと思います。

予防歯科での衛生士業務。これは私にとって天職だと思っているので、これから将来を考えている方などに伝えていき、歯科衛生士の仕事をもっと広がりいっしょに予防ができればいいなと思います。

(鈴木翔子・佐倉ウェルネス歯科医院)



デンタルハイジーン (11月20日発行)

B5判 96 ページ 1,365 円

### 特集「痛くない&不快じゃないアシスタントワークの基本」

この特集を読んで、私は患者様に不快な思いなどをさせるようなアシスタントワークをしていなかったかなどすごく不安な気持ちになりました。自分



DHstyle (11月1日発行)

B5判 99 ページ 1,260 円

### 「口腔機能の評価の仕方」

この特集を読んで高齢者の口腔内の状態以上に食事の状態により気を配ることが大事だと改めて感じました。

少しでも食事の観察や咀嚼、えん下の評価の知識をより多くの人をもっていけば口腔ケアだけでなく食事のトレーニングなど、歯科衛生士としても

と高齢者の口腔リ

ハビリに介入でき活躍できる場が増えると思います。

そして、多職種の連携が円滑に進むことで、質の高い

介護の提供と食事



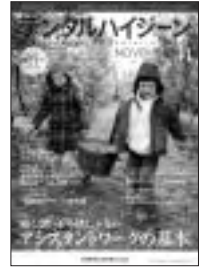
デンタルダイヤモンド社刊

介護の提供と食事

なりにはここにバキュームを置いてれば痛くないだろうなどと思っていても、患者様にとっては痛い思いや、不快な思いをさせてしまっていることもあるということが分かってとても勉強になりました。これからは、この記事で学んだことを頭にしっかりと入れて、ア

シスタントワークについてもっと勉強し、その場に応じたアシスタントワークをできるようにしていきたいです。

(河口亜美)



医歯薬出版刊

## あの本 この本 読みくらべ隊

(あめみや歯科医院)

を楽しむことのできる人が増えるようになると思います。

(多田 遥)

歯科衛生士 (11月10日発行)

A4判変型 102 ページ 1,470 円

「使いたい！使ってほしい！患者さんに役立つ電動歯ブラシ最新動向」

患者さんに電動歯ブラシ、超音波歯ブラシ、音波歯ブラシ、手用歯ブラシは最近よく患者さんからどの歯ブラシを使えばいいのか？電動歯ブラシに換えたほうがいいのか、とてもよく尋ねられます。私としては無理に今すぐに換えなくてもきちんと磨けていれば手用歯ブラシでも良いと伝えていました。今回この記事を読み、電動歯ブラシ、超音波歯ブラシ、音波歯ブラシの利点

や欠点を再確認できました。

私が一番気になっていたことは、どの歯ブラシが一番プラークの除去効果が高いのかということでした。手用歯ブラシ>電動歯ブラシ>超音波歯ブラシ>音波歯ブラシの順で高いということでした。ブラッシングの技術にもよりますが、手用歯ブラシが一番プラークの除去効果が高いことに驚きました。

患者さんの口腔状態と身体状態を考慮しながら、これ

からも患者さんの歯ブラシの選択と予防の手助けができるようにがんばろうと思いました。

(清野早織)



クインテッセンス出版刊

## Dr.MEGUMI の コミュ好き磨き♥

みなさんの中には前回ご紹介した緑の薄い本を手にした人もおられることでしょう。どんな感想をお持ちでしょうか？

今回はコミュニケーションに『心を含めて』磨きをかけましょ。

前回お話ししたように「来院者が健やかな口腔を獲得する」ために、私たちは「来院者の思い・心」に対して『心を含めて』コミュニケーションをとる必要があります。『原因と結果の法則』

という書籍の中で筆者は「心の中の思いが私たちを創っている」と述べています。つまり「思い」という『原因』によって「行為」が導かれ、その「行為」によって『結果』が生じるというのです。

口腔内にプラークをベッタリ付けて来院した人に私たちは「このままでは歯周病やむし歯が広がって大変なことになりますよ！ 每晚欠かさずしっかり歯磨きしてくださいね！」と一生懸命『心を含

めて』伝えますが、次の来院時も相変わらずプラークがベッタリといった場面に遭遇することは少なくありません。

「プラークがベッタリ付いている」という結果があるには「プラークがベッタリ付く」という行動があり、その行動を導く「プラークがベッタリ付いても平気」という思いがあるのです。

言い換えれば「プラークがベッタリ付いていても平気」と思っているからその

## 育成プログラム に参加して

### 第7期歯科衛生士育成プログラムを受講して

私は初めて歯科衛生士育成プログラムを受講して、改めて歯科衛生士の大きな役割に気づかされました。

まず、今までの歯科は治療を対象とした歯に焦点を置いていたがヘルスケア型診療システムでは、健康な歯を守り育てていくことに焦点を置くという大変重要なことを学びました。

第1回から第6回までを受講し、自分自身の考えや目標、これからの歯科医院についてたくさんのことを学ぶことができ、全国から集まった歯科衛生士さん達と貴重な講義や実習を積み重ね、ついに口腔内写真撮影検定と歯周組織検査検定を受けることができました。

今回は残念ながら合格者はいませんでしたが、受講前の歯科衛生士としての知識や技術や目標などは皆それぞれランクアップしたと思います。

受講中、様々な講師や先輩方がお忙しい中参加していただいたことによって私たちも一生懸命頑張ることができて、学んだことを忘れずに各医院に持ち帰って現在はまだまだ練習中で駆け出しですが、ヘルスケア認定歯科

衛生士を目指して日々勉強の毎日です。

私が一番衝撃を受けたのはSRPの実習でした。スケーラーの持ち方を改めることで、歯石の感触、操作方法、姿勢、ミラーテクニック、色々なことを意識していくのが分かりました。

やはり今まで自分でも気づかないうちに自己流になっていたことがはっきりした瞬間でした。

そして、一番驚いたのが先輩衛生士さんたちの指導でした。自分のモチベーションが上がるような素敵な指導を受けることができて大変感謝しています。

これから自分の業務をもう一度見直してこれからも成長していきたいと思います。本当にありがとうございました。

(恩納恵利華・中頭歯科診療室)

11月23日、24日に検定とセミナーの講義に出席しました。歯周組織検査も、口腔内写真も事前に練習してきました。たんぼぼ歯科では、検定に受かった歯科衛生士が2人いて、先生も診療では行うことはないのですが一緒に検定を受けています。

2人の衛生士さん、そして他のスタッフに何度も朝や昼休み、協力してもらい、その都度ダメなところを教えてもらい、検定の3週間前には毎日練習してきました。結果、口腔内写真合格、歯周組織検査不合格でしたが、本番で緊張して頭

が真っ白になったとき浮かんだのは、教えてもらった先輩たちの顔や、スタッフのことでした。先生もずっと一緒にいてくれて検定を通して、自分の恵まれている環境、みんなの支え、衛生士としての自覚、自信など多くのことを学びました。

そして、練習すれば必ず受かると言っていた河野先生の言葉を忘れずに歯周組織検査も合格したいと思いました。

また、ヘルスケアに参加して、歯科衛生士さんとして、すごく輝いている方々に会うことができ、歯科衛生士ってこんなにすごいんだーと実感しました。まだまだ毎日、勉強の日々ですが検定合格、認定衛生士になることを目標として頑張っていきたいと思いました。

(高橋 彩・たんぼぼ歯科クリニック)

### 育成基礎コースの最終日。検定試験の合格発表の日。

結果発表はいつなのかとそわそわしながら、講義をきいていました。SRPの講義では、正常な歯周組織図を描いてみてくださいとのことでしたが、日常的に組織図を見ているはずなのに、図が描けずに悩んでしまいました。

SRPとは、正常な歯周組織が歯周炎になってしまったものを治す処置であるのに、正常な組織図がわかっていなければ話にならないと反省しました。

また、知識と技術の両方を重ね合わせることによって、治癒へと導くことができ、実践、勉強ともに必要性を感じました。

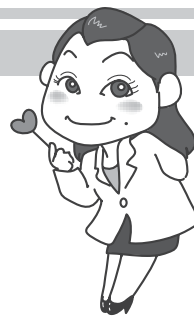
小児、成人のメンテナンスについての講義では、実際に河野歯科さんで行っているプログラムを紹介していただき、大変参考になりました。

この6日間の育成コースを受講して、同じ認定歯科衛生士を目指す仲間に出会い、また、ご指導いただきました認定歯科衛生士の方々ともお話ができて、自分の目指す歯科衛生士像がはっきり見えてきました。(小林由香・菊地歯科)

思いのままの口腔内になるのです。そんな人に「しっかり磨いて！」と行動について一生懸命アドバイスしても「磨かなくても平気」と思っている限りブラークはベツタリと付いたまま。この人の口腔内がスッキリ綺麗になるには、この人が「このままでは大変な事になる！」と心から思うことが必須です。つまり思いが変われば口腔内環境が変わるのです。この人が「大変な事になる！」と思うため

に、私たちは『この人は何が起これると「大変だ!」と思うのか?』を探る必要があります。

来院者の価値観や健康観について『心を込めて』本音を聴かせて貰うことこそがとても重要なポイントだと思っています。いかがでしょう?



(青木(阿部) 恵)

# ハイジなたまご



今回は太陽歯科衛生士専門学校（荒川区）の学生さんによる医院見学の感想です。

## 医院見学：杉山歯科医院（八千代市）

今回見学させていただいて、まず率直に思ったのはディスプレイのものが多く衛生面の徹底がすごいということです。私の一般歯科のイメージとは全く違い、取り入れられることは是非真似させていただこうと思いました。早速、カルテを書く時にペンを持つ手のグローブを反対の手に裏返しにはめておくという技は実践し始めました。

色々な歯科医院を見ることがこんなに楽しく勉強になるとは思いませんでした。見学することで自分の医院が全てではなく、とても視野が広がる気がしました。すごくいいことですね！

機会があれば今後も色々見てみたいと思います。そして、歯科衛生士として自分がどんなことがしたいか見つけたいと思います。ありがとうございました！

（守 五月・夜間部 3 学年）

先日は、貴重なお時間をありがとうございました！

見学させていただき、感じたこと。口腔内写真や、歯周精密検査の結果を、その日に自分のファイルに入れて持ち帰れることで、患者さんのモチベーションはもちろんのこと、来院率が上がることがよくわかりました。長期症例の方がたくさんいらっしゃるというのは、有り難いことだと日々実感しているからです。また、衛生面の管理もスタッフの皆さんが皆同じレベルで意識

をもたれているので、とても素晴らしかったです。

今後の課題がたくさん見えてきました！

ありがとうございました！

（矢野沙央理・夜間部 3 学年）

## 医院見学：まさき歯科医院（習志野市）

今回医院見学をさせていただいて、私の働いていた医院とは人数も体制も雰囲気も何もかもが違い、新鮮でとても勉強になりました。

まさき歯科医院では、院内・院外研修にも力を入れ、患者様の立場に立った歯科医院を目指しているからこそ、患者様からも信頼される医院であるのだと実感しました。患者様一人ひとりと真剣に向き合い、共に成長しようとしている姿が、患者様だけでなく歯科医院で働くスタッフのやる気となり、歯科医院全体が活気のある場になっているように感じました。スタッフがそれぞれの信念を持ち、どうなりたいかという理想像に向かって日々研鑽されている姿を見て、「常に成長し続けられる自分」を目標に私自身も先輩方のように未来を考えて今を生きられるような人になりたいと強く思いました。

（新井志穂・1 学年）

## 医院見学：さくら歯科医院（草加市）

先日はさくら歯科医院の見学をさせて頂きありがとうございました。とてもいい刺激となり勉強になりました。

患者様の口腔内写真を撮り 1 人ひとりがきちんとわかるように説明しながら治療等行っていたことや、歯科医院のスタッフの皆さんがすごく優しく柔らかい雰囲気とてもいいなと思いました。

私もこれから歯科医院で働くにあたって、さくら歯科医院の皆さんのような患者様に安心感を与えられるような歯科衛生士となれるよう、日々勉強に励みたいと思いました。

本当にありがとうございました。

（高須愛・3 学年）

先日はお忙しいなか、見学のお時間をとっていただきありがとうございました。

少ない時間ではありましたが色々学びさせていただくことができたと思っています。院長やスタッフの方の患者様への対応や治療に対する姿勢など、普段学校では感じることはできない経験ができました。また、見学に来た私たちにもとても親切にいただき大変嬉しく思いました。診療とは、チームワークが大切なんだと感じました。より良い治療を患者様に提供するためにも、もっと学び努力をしていこうと思います。本当にありがとうございました。

（望月美里・3 学年）



編集後記

【The HyG Times】第 20 号です。みなさん 2012 年、どんな 1 年だったでしょうか？

今年最後は、初の学生参加の号となりました。「うちにも実習生来てるよ！」など情報があればよろしく願います。そして認定コースの参加者の皆さんは、ひとまずお疲れ様でした！そして次回の再検定に向けて頑張ってください。応援してます！では良いお年を！！

（『ハイジなわた歯』隊長：山田美穂）

情報提供・質問・問い合わせ『The HyG Times 編集部』：hygtimes@gmail.com