

# とちぎ歯の健康センターだより

No.10

2003

12月1日発行

スポーツと歯科 マウスガード  
障害者歯科診療所 —S学園との10年間について—  
巡回歯科診療／センター事業案内



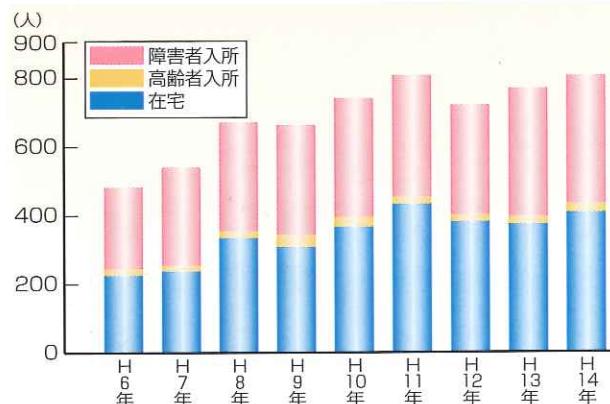
栃木県・栃木県歯科医師会

## 障害者歯科診療所

## 施設入所者・利用者の口腔管理

とちぎ歯の健康センターは平成6年4月に開設され今年で10年を迎えるが、平成15年9月までの9年6ヶ月間に当診療所に来院された障害をお持ちの方はのべ36,787人となりました。来院患者さんのうち施設入所者と在宅者の割合は図1のとおりほぼ半数ずつで当診療所において施設入所者の口腔管理は重要な課題の一つです。今回は当センターの各種事業を有効に利用しながら、積極的な治療と予防管理で治療が必要な人数を1/10に、虫歯の数を1/8に減少させたS学園を紹介し、施設入所者の口腔管理の一例として御紹介します。

[図1 来院患者(実人数)の施設入所・在宅者の割合]



## S学園との10年間について

S学園は以前は歯磨きは1日1回起床時で、学校検診の指摘と本人が痛みを訴えた場合に歯科受診をしていました。入所者の年齢が進み平成(H)5年には大半が成人となり、歯科検診の機会がなくなったため全員の検診を希望して巡回診療車の派遣を申請しました。

### ○当センターがS学園に対して行った事業と経過

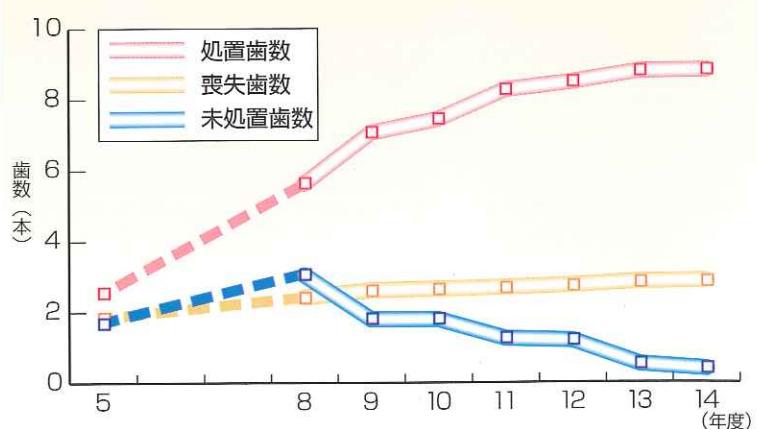
- H5年：巡回診療予備検診、全員に歯科治療が必要と判明
- H6年：巡回診療車を派遣し緊急度の高い13名の治療を実施
- H7年：治療が困難な者は当診療所で、他は近隣歯科医療機関で治療を継続。  
障害者施設職員向け研修会に学園職員が多数参加
- H8年：S学園にて新規採用職員を対象に口腔衛生指導研修会を開催
- H8年～：年1回の定期検診開始、歯周病管理にも重点をおく
- H11年～：通勤寮、グループホーム、デイサービス利用者にも口腔管理を拡大
- H15年：S学園にて歯周病講話およびブラッシング実技指導



### ○治療だけでは虫歯が減らない

S学園にH5年からH14年まで継続入所していた56名(H5年の平均年齢31.3歳)について、図2に一人当たり治療終了歯数、拔歯数、虫歯数の変化を示します。点線でつなぐH5年とH8年を比較すると、積極的な治療により治療終了歯数は2.2倍に増えましたが虫歯数も1.8倍に増加しています。拔歯数も増加しました。この結果からS学園は『治療だけでは虫歯が減らない』ことに気付き、予防の大切さを再認識して虫歯を作らず、歯を失わないために学園全体で日常の口腔管理の徹底をはかるようになりました。

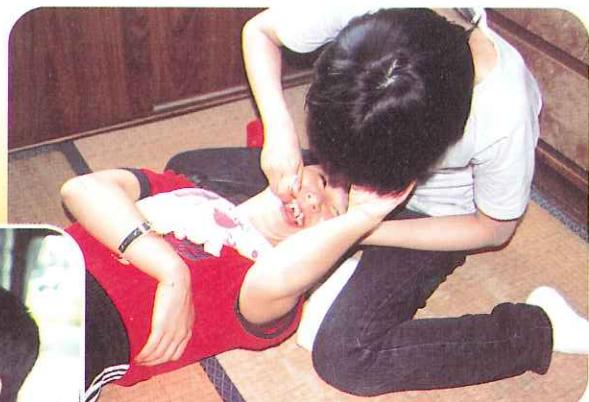
[図2 一人当たりの治療終了歯数(処置歯数)、  
抜歯数(喪失歯数)と虫歯数(未処置歯数)]



## ○地道な努力

S学園ではH8年以降1日3回、毎食後歯を磨いています。

朝食後は洗面所で本人が磨いた後に職員が点検と仕上げ磨きをし、昼食と夕食後は各自が磨いた後、部屋に戻って担当職員が全員の寝かせ磨きをします。歯間ブラシも通しています。



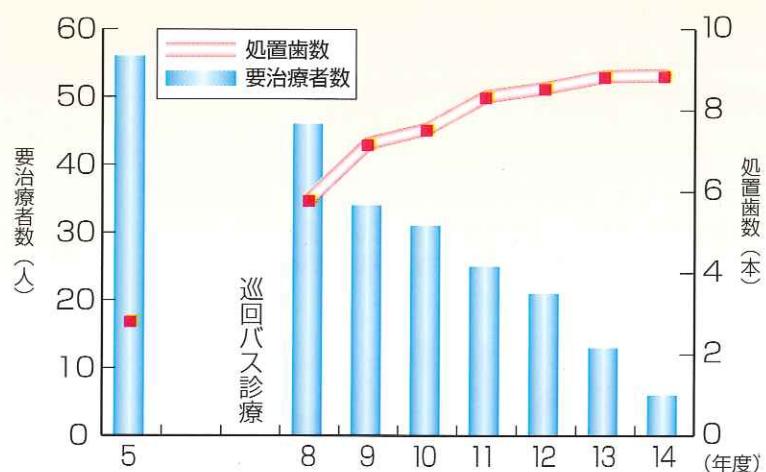
## ○予想を超えた効果

図2でH8年からの変化を見ると、治療終了歯数は増加していますが虫歯の数は連続して下降しました。抜歯については、H5年にすでに5本以上歯を失っていた11人をみるとH8年までの3年間は一人平均6本抜歯していましたがH8年以降は6年間で平均1.6本の抜歯でした。

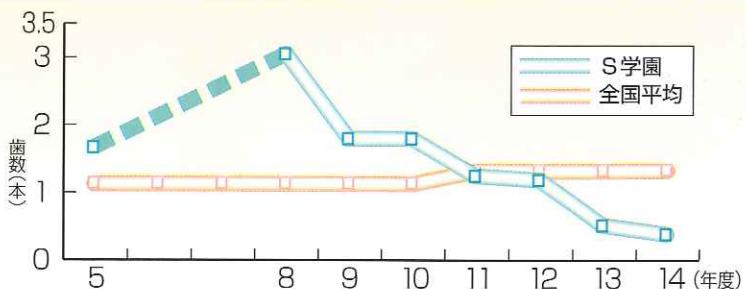
図3は治療が必要な人数の変化を示します。H14年にはH5年の1/10に減りました。

図4は一人当たりの虫歯数の変化を示しますが、S学園はH14年にはH8年の1/8の値となっています。これを全国平均(厚生労働省歯科疾患実態調査による)と比べてみるとH8年には2.6倍でしたがH11年にはこれを下回りH14年には全国平均の1/4以下に減少しました。

[図3 治療が必要な人数(要治療者数)と治療終了歯数(処置歯数)]



[図4 一人当たりの虫歯数(S学園と全国平均との比較)]



現在当診療所では県内10施設の口腔管理を行っていますが、定期的検診や積極的な治療とともに啓発、研修会などセンターの各種事業を活用し成果をあげています。

施設入所者、施設利用者の口腔管理についての御相談をお受けいたします。詳細は下記宛お問い合わせください。

ムシバゼロ  
☎028(648)6480

## 巡回歯科診療

歯科巡回診療バス「ルリちゃん号」で、県内のへき地や障害者施設及び老人施設等へ歯科医師、歯科衛生士が訪問し歯科診療を行っています。

### ○へき地巡回診療（年60回実施）

無歯科医地区を有する市町村の中で、要請のあった地域を訪問し、地域住民の希望者に歯科診療を行っています。



## 視察・研修会

センターでは、県民や行政団体などを対象に、歯についての講習会や実習を伴う視察研修を行っています。

その他、歯科医療関係者の研修も開催しています。



## 永久歯等対策事業

要請のあった県内の保育所(園)・幼稚園の幼児と保護者等を対象に、「6歳臼歯」を中心に歯科保健指導を行っています。

また、市町村からの要請に基づき、歯科保健対策事業に関する企画等の際の相談等も行っています。

## 平成15年度実施施設(市町村別)

### へき地巡回診療

栗山村…栗山小学校  
川俣中学校  
烏山町…東小学校  
馬頭町…大内小学校  
馬頭西小学校  
南那須町…下江川中学校  
江川小学校  
愛和苑(老)  
大和久育成園・学園(障)

### 施設巡回診療

[  
(老)…老人施設  
(障)…障害者施設

鹿沼市…さつき荘(老)  
佐野市…とちのみ学園(障)  
真岡市…やまさわの里(老)  
矢板市…たかはら育成園(障)  
野木町…ホーム宙(障)  
氏家町…栃木県氏家コロニー(障)  
益子町…美里学園(障)  
田沼町…蓬莱荘(老)

### ○施設巡回診療（年40回実施）

希望のあった障害者施設及び老人施設を訪問し、歯科診療を行っています。

## 展示コーナー・図書資料室

センター2階には、歯に関するパネルや模型の展示コーナーがあり、歯磨きチェック・口臭チェック・口の中の細菌観察・パソコンゲームなどを体験しながら、口腔ケアについて学ぶことが出来ます。また、図書資料室には図書やビデオ等資料を揃えており、自由に閲覧もできます。



## 口腔衛生指導啓発事業

県内の障害者施設に歯科医師・歯科衛生士が訪問し、歯科検診や歯についての講話、歯磨きの指導を実施しています。

平成14年度は、4施設で実施しています。



上記事業を希望される方は、  
当センターにご連絡ください。

ムシバゼロ  
**028(648)6480**

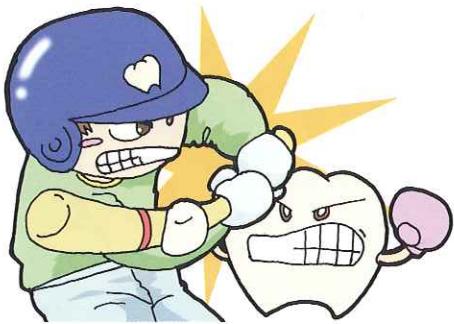
「栃木県の歯科保健」のホームページに「とちぎ歯の健康センター」の事業内容を掲載しておりますのでご覧ください。  
<http://www.tochigi-da.or.jp>

# スポーツと歯科

昔からアメリカのオリンピック選手は、歯のかみ合わせを調整して、最大限の力が出来るようにしていたそうです。

陸上短距離のカール・ルイス選手はソウルオリンピックの頃、歯の矯正までしていたそうです。

プロ野球選手のバッターは、バットを打つ時に歯を食いしばるため、奥歯がぼろぼろになるという話を聞いたことがあります。



## マウスガード

マウスガードとは口の中の保護装置で、マウスピース、マウスプロテクターなどとも呼ばれ、外力から顎と口の周りへの衝撃をやわらげ、歯の破折や顎の骨折、口の中、口の外の軟組織のケガを予防します。また、脳震盪(のうしんとう)予防にもなります。

健康な歯やきちんとかみ合わせの合った歯でしっかりとかめることが大切で、くいしばった歯がぼろぼろにならないよう保護するために、マウスガードを装着することをおすすめします。

### ○マウスガードの効果

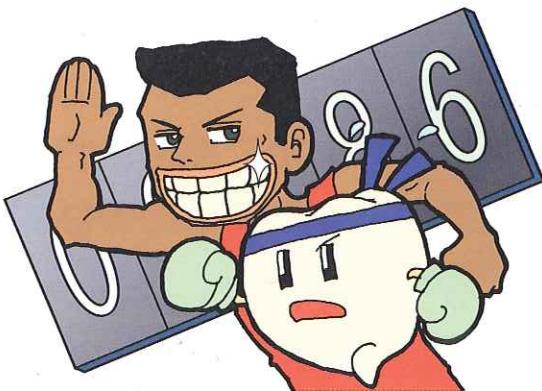
アメリカ歯科医師会の報告によると、合衆国で行われるスポーツ試合中にマウスガードを装着することで、年間 200,000 件以上、口にかかるスポーツ外傷を防いでいると報告しています。日本でも予防効果が高いと、同じような学会報告があります。

### 注意!

マウスガードには、スポーツ用品店などで市販されています簡易型のものがあります。これでも確かに保護は可能ですが、正しいかみ合わせが出来ず、顎関節を痛めることもあります。

歯科医院で型をとって精密につくるものがより安全です。

正しいマウスガードを使用することで、からだのバランスの安定、筋力の向上がみられる研究データーがあります。競技の種類によっては、競技力が向上すると報告されていますので、歯科医院で定期的にチェックしてもらいましょう。



スポーツをする時だけでなく、私たちは力を入れる時に、奥歯をかみしめます。

この時、奥歯全体に、平均で 70kg 前後、人によっては 100kg 以上力が加わるそうです。歯が欠けていたり、むし歯や歯周病になっていると奥歯でかみしめられず、力も入りません。

そのため、ソウルオリンピック以降、オリンピック強化選手に対しては内科や整形外科とともに、年 1 回の口腔内診査が実施されています。



### ○こんなスポーツにはマウスガードを！



(栃木県の歯科保健HP・楽しさ100倍保健指導より)

# 耳よりな歯のはなし

- リレハンメルで開催された冬季オリンピックの期間中、もっとも患者さんの多かったのは、歯科だった。

リレハンメル大会のときは、のべ434人の患者さんのうち、205人が歯科の患者さんでした。

そのため長野大会では、他の科のお医者さんは1人で、歯科医師は2倍にするよう国際オリンピック(IOC)医事委員会から指示があったそうです。

歯が痛いだけではなく、競技中歯に強い力が加わり、歯に詰めてあった物が取れ、歯科に来院する選手も多かったそうです。

スポーツと歯にはとても深い関係があるのです。



(楽しさ100倍保健指導より)

## とちぎ歯の健康センター

### 利用のご案内

ムシバゼロ  
☎ 028(648)6480

#### 開館時間

・障害者の歯科診療 — 午前9時～12時

(予約制) — 午後1時30分  
～4時30分

・歯科相談・指導  
(電話・来所)  
・展示コーナー

午前9時～  
午後4時30分

#### 休館日

土・日・国民の祝日

年末・年始(12月28日～1月4日)



発行責任者 とちぎ歯の健康センター 代表者 新井 武  
宇都宮市一の沢2丁目2番5号 TEL 028(648)6480

印刷所／(有)正栄社印刷所 宇都宮市下祇上町1438 TEL 028(648)3624