

歯科衛生士

真杉幸江(ますぎさちえ) 歯科衛生士

大学病院の歯学部での歯科衛生士の役目は、歯科医の補助的な業務を行なうのはもちろん、正しい歯磨きの仕方、効果的なブラッシングなど患者さんへの保健指導を的確に行なうことです。

「歯磨きは20分以上続けないと効果が薄いと聞きますが」と、聞きかじりの質問をすると、「時間の長い、短いではないんですね。ブラシをどこにどう当てるかが大事。そのポイントを患者さんに実感してもらうことを心がけています」と真杉さん。

歯磨き粉に含まれる清涼剤でサッパリと磨いたような気分になりがちですが、当ててほしい部分にちゃんと届いて汚れを除去できているかは案外と難しいようです。

そして、それが虫歯や歯周病の原因になるわけです。

「口の中は人によって千差万別ですが、とくに歯と歯茎の境の汚れ対策が大切。鏡を見てもらいながら、ここに、この角度で歯ブラシを当てて、こう磨いて下さい」というように、できるだけ具体的にハウツー方式で指導しています。歯ブラシの選び方については、年齢が上がってきたら歯茎を痛めないためにも出来るだけ柔らかいもので丁寧に磨くことが大切。高齢になると歯茎が下がることが多いので、ケアすべき部分に届いていないことも多いそうです。子どもの場合はまず順番にポイントを置くなど、年齢に合わせて指導に変化をつけるなどの工夫も欠かしません。

ドラッグストアなどで、多種多様な口腔ケア商品を見かけるようになり

ましたが、「この世界は奥が深いんですよ。ですから買い物に行っても新しい物があるとつい見入ってしまい、思わぬ時間がかかってしまうこともあります。職業病ですかね」と、明るく笑いながら、歯磨きのポイントについて、「道具は口腔内に適したものを上手に使うこと。どうぞ歯科衛生士に遠慮なくご相談ください」とのことでした。

