

# 行動変容のタイミングは 患者さんが決めます



院長 目代 匡 先生  
（東京都世田谷区）

Primary Dental Care 尾山台

目代医院長(右)と奥様でもある歯科衛生士の目代葉都妃さん。  
葉都妃さん「メンテナンスは一時的なものではなく、患者さんの人生に沿って長期間にわたって行なうものです。そのための関係性づくりと患者さんが生活に取り入れやすいケアの提案に努めています」

東京都世田谷区、落ち着いた雰囲気の住宅街にある Primary Dental Care 尾山台。院長の目代 匡先生は、かつて大型の総合歯科医院に勤務していました。そこでさまざまな経験を積み、昨年11月に歯科衛生士の奥様と一緒に開業。治療でも予防でも「一人ひとりに合わせたものを提供する」と大切にしています。

## 自由診療にした理由とは

大型医療法人に8年半勤務した後、この歯科医院を開業しました。今までいろいろな経験をしながら、歯科に何を求めるのかは患者さんによって違うということです。しかし、保険では材料も手順も制約があり、一人ひとりに合わせたものは提案できません。一人の患者さんに十分時間を使い、治療も予防もできる限り一人ひとりに合ったものを提供したいと考え、自由診療のみというスタイルにしました。

私は今まで、治療を何度もやり替えている患者さんを多く拝見してきました。そういうことがないよう、今のスタイルで歯を守ってほしいと考えています。

## だ液検査を行なうタイミング

『デントカルト』は以前の勤務先でも使っていました。そこでは初診の患者さんに検査していたのですが、ここでは患者さんそれぞれに合わせたタイミングで検査しています。たとえば先日は、治療が一段落したときに提案しました。その患者さんは前の先生からの引き継ぎで仮歯が入っていたため、まずは患者さんの主訴である仮歯の治療を優先したのです。いつも主訴が改善した時点で口腔内写真を撮るのですが、その写真をもとに口腔内の状況やリスクの話をして「むし歯を繰り返さないために、よろしければ検査しませんか？」と提案したところ、「ぜひ」と。

患者さんによって主訴はいろいろです。優先順位を決め、治療が必要であれば治療をし、終わったら一度仕切り直して予防とだ液検査の話をする場合が多いです。

## 患者さんの行動変容はいつ起るの？

私は以前、時間が足りず患者さんとあまりプライベートな話はできませんでした。でも今は、しっかり時間を取ってだ液検査の結果をもとに会話をしています。すると、いろいろ

な情報が出てくるんです。蕎麦店を経営している方が味見で麵つゆをよく飲んでいたりとか、水の代わりに炭酸飲料を飲んでいたりとか。やはり聞いてみるものですね。聞かないとわからないですし、患者さんも自分について知らないことばかりです。それらを共有したら「この先どうしていくか」という話ができるようになります。患者さんとの距離も近くなりました。

**だ液検査で大切なのは、「どういふ結果が出たか」よりも「結果をどう捉えるか」。**何事にも必ず原因があります。その原因除去をメインに、「何に気をつけたらいいのか」「どんな変化を目指していくのか」を患者さんと一緒に考えています。

こうして患者さんが変わってくれるのが、だ液検査の目的です。でも、行動変容というのは患者さんの理解と何かのきっかけが一致したときに起こると思うんです。たとえば仕事で忙しくてそれどころではなかったときと、その後の時間が取れてあらためて自分の口の中に意識が向いたとき。これらを比べると行動変容の起きやすさは違います。実際に、1回目のだ液検査で変化が見られず、2回目の検査で自分と向き合うようになった患者さんがいました。その後はセルフケアを見直し、きちんとメンテナンスに来てくれるようになって

います。このように、**行動変容のタイミングは患者さんが決めます。**1回だけ検査してその後しないというのはすぐもったいないですよ。患者さんの行動変容をバックアップする環境づくりとして、半年〜1年ごとに定期的な検査をする。そこで前回からどう変化したかを継続して診ていくから信頼関係が生まれ、ずっと付き合っていけるのだと思います。

## 医院が患者さんに提供できること

今後とも、患者さん自身の「健康になっていく取り組み」を後押ししていきたいです。歯を失う主な原因は、むし歯、歯周病、外傷など。これらのリスクが高い所を共有して未然に防ぐことで、**患者さんの健康管理を手伝って**いきたいと考えています。

「口腔内が健康で問題が起きない」という結果は、時間が経たないと証明できません。すぐに証明できるものではなくても、通い続けている患者さんに「この医院に通っているから何もトラブルがなかった」と将来感じてもらえるように、がんばっているところです。