



大城 暁子 先生

#### 略歴

2007年 3月 東京医科歯科大学歯学部歯学科卒業  
2008年 3月 東京医科歯科大学歯学部附属病院臨床研修医修了  
2012年 3月 東京医科歯科大学大学院修了 博士（歯学）  
2013年 11月～2014年 3月  
公益財団法人循環器研究振興財団 リサーチレジデント  
2014年 4月～2017年 8月  
東京医科歯科大学歯学部附属病院息さわやか外来 医員  
2017年 9月～現在  
東京医科歯科大学歯学部附属病院息さわやか外来、  
歯科衛生士総合研修センター プロジェクト助教

## 息さわやか外来における口臭治療

### 1. 口臭の診断，治療，予防に関する基礎知識

東京医科歯科大学歯学部附属病院 息さわやか外来  
大城 暁子

日常生活の中で、家族や友人、仕事関係の人、初対面の人と会話する機会はたくさんあります。ところが、「自分に口臭があるのでは？」と気になってしまうと、話すことが楽しくなくなり、積極的に行動できなくなります。平成28年の歯科疾患実態調査によると、口の中の困りごとの第3位が口臭でした。また、最近、口臭の話題が多くの雑誌やTVでも取り上げられています。

口臭とは、呼吸や会話をしたときに口からでてくる息が、第三者にとって不快に感じられるものと定義されます。嗅覚は順応反応があるため、自分の口臭は自分ではなかなか気づきにくいものです。自己判断が難しいために、周りの仕草や態度が気になってしまったり、過去に他者から指摘されたことがずっと気になってしまったりする人も少なくありません。一方、家族から口臭を指摘され、初めて気がついたという人も多くいます。

東京医科歯科大学歯学部附属病院「息さわやか外来」は、口臭に関する相談・カウンセリング、口臭の診断、治療、予防処置を行う専門外来として、2003年に開設されました。週に2回、月曜日と木曜日に歯科医師と歯科衛生士が協力して口臭診療を行っています。

息さわやか外来では、最初に口臭に関する質問票を通して、生活背景などを含めた医療面接を行います。口臭検査は、官能検査と機器を使用した口臭測定を行っています。官能検査では、スクリーン越しに患者に息をはいてもらい、口臭の有無を評価します。機器による測定では、口臭の主な原因物質である硫化水素、メチルメルカプタン、ジメチルサルファイド等の揮発性硫黄化合物（VSC）を測定し、数値化します。あわせて、唾液流出量の測定、口腔内診査を行い、総合的に口臭症の診断を行います。その後、診断結果に応じた治療を提供しています。

世の中に無臭の人は存在しません。誰にも、多少のにおいは認められます。しかし、口臭は気にしすぎても、気にしなさすぎても問題となります。

講演では、口臭の診断、治療、予防に関する基本的な情報を紹介したいと思います。



井上 裕子 先生

### 略歴

- 2017年 3月 東京医科歯科大学歯学部口腔保健学科 卒業
- 2017年 4月～現在 都内歯科診療所勤務
- 2019年 3月 東京医科歯科大学大学院医歯学総合研究科  
医歯理工学専攻 修了 (医科学修士)
- 2019年 4月～現在 東京医科歯科大学大学院医歯学総合研究科  
医歯学専攻 健康推進歯学分野 博士課程
- 2019年 4月～現在 東京医科歯科大学歯学部附属病院 息さわやか外来  
ヘルスケアアシスタント (HCA)

## 息さわやか外来における口臭治療 2. 歯科衛生士による口臭患者への対応

東京医科歯科大学大学院健康推進歯学分野  
井上 裕子

### 口臭に悩む患者さんについて

息さわやか外来には、家族、友人、同僚などから口臭を指摘された人、自分が話すときに周囲の人の態度や仕草が気になる人、自分でにおいがあると感じる人、子どもの口臭が気になる母親、口臭が気になって物事に集中できない人など、口臭で悩むさまざまな患者さんが来院します。

口臭治療としては、最初に、質問票調査を行って口臭で悩む患者さんの状況を把握します。歯磨きや舌清掃の習慣の他に、かかりつけ歯科医の有無、生活リズム、家族構成などを質問します。また、「どのくらい前から口臭が気になるか」「最初に口臭が気になったきっかけは何か」「これまでの治療経験について」「どのような場面で口臭が気になるか」「口臭があることで困ることは何か」「どのような対策を自分でやっているのか」など、口臭に関して詳細に聞いていきます。その後、官能検査や機器を使用した口臭測定を行い、また、歯や歯周組織の診査、唾液検査、細菌検査等の結果を総合的に判断して、口臭症の診断を行っています。そして、口腔内に原因がある場合は、歯科医師と歯科衛生士が連携して治療を行っています。

### 歯科衛生士としての口臭患者さんへの対応

口臭治療は口臭の発生原因を明らかにし、それに対して適切な処置を行っていくことが基本です。口臭発生の主な原因として、歯周病、舌苔付着、口腔乾燥症などが挙げられています。したがって、歯科衛生士は歯垢や舌苔を除去して口腔内(歯、舌、義歯)を清潔にできるように、患者さんに対してTBIや舌清掃指導を行います。舌清掃指導の際は、患者さんに手鏡で舌表面をよく観察してもらい、本人が舌苔を確認したうえで、舌ブラシを用いた清掃指導を行っています。指導後には、再度口臭測定を行い、舌清掃前後の口臭値の変化を患者さんに提示して、舌苔が口臭発生の原因となっていることを確認してもらっています。清掃の効果を口臭値で示すことは、患者さんの毎日の清掃習慣のモチベーションにつながります。

また、生活習慣の指導や、唾液分泌を促すための唾液腺マッサージや舌体操の指導を行うこともあります。

### 診療室での一般患者さんへの対応

口臭を主訴に来院した患者さんでなくても、患者さんと近い距離で問診や保健指導・歯石除去等を行う歯科衛生士は、相手の口臭に気づく機会が多いと思います。そのような人に気づいていない口臭を指摘することは、「相手を傷つけるかもしれない」「恥ずかしい思いをさせてしまうかもしれない」と、躊躇する人がいるかもしれません。

もちろん、口臭の対処法を知らない歯科衛生士が、相手に口臭があることを指摘するのは失礼にあたります。しかし、歯科専門家として適切な情報を提供できる場合には、積極的に患者さんに口臭への注意を喚起し、適切な治療法、予防法を伝えていくことが必要です。TBIの中で、歯垢除去だけでなく、舌苔除去も重要であることを説明し、舌磨き指導を追加して行うことも口臭予防には重要です。

講演では、息さわやか外来における口臭患者さんの症例を紹介しながら、歯科衛生士としての対応についてお話ししたいと思います。