



# 歯科医・彌勒寺寛之の 後悔しない 歯科治療の受け方

## 第2回

「お前にはムリだってみんなに  
いわれたけど、できたんです。」

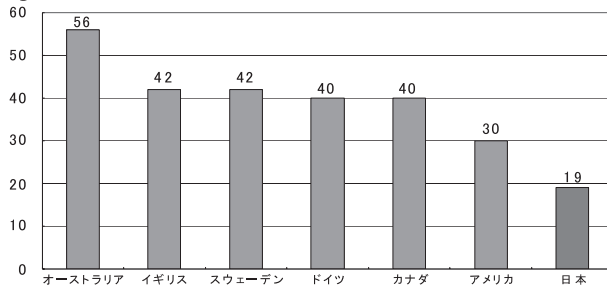
歯科医師になりたての頃、「なるべく歯を削らない歯医者になる」と言ったところ、皆に笑われました。「そんなこと無理だよ。どうやって食べていくんだ？」と。

でも今、多くの患者さんが予防のために歯科医院に通うようになると、もう誰も笑いませんでした。

こんにちは。土沢デンタルクリニック院長彌勒寺です。自分が子どもの頃、歯を削られるのが本当に恐怖だった（その前の麻酔の注射も！）ので、歯科医師になりたての頃、「なるべく歯を削らない歯医者になる」と言ったところ、“そんなこと無理だ、どうやって食べていくんだ？”と皆に笑われました。当時はまだ患者さんは痛くなったら歯医者に行き、歯科医は削って詰めるのが当たり前だったからです。確かに痛みのある歯を全く削らずに治すのは無理でした。

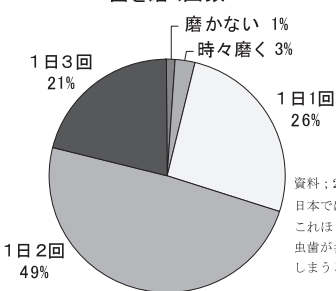
「なるべく歯を削らない歯医者になる」ために、私は“どうして痛くなったのか”、治療前に患者さんと一緒に考えることから取り組みました。その中で患者さんからお話を聞かせてもらいましたが、当時でも多くの方は1日2回以上歯磨きをしていました。でも歯にトラブルは起こるのです。そこで「もしかしたら歯磨きだけでは防ぐことはできないのでは？」と思いました。そして試行錯誤の結果、たどりついたのが「予防」でした。大きなきっかけはアメリカ（シアトル）に留学していた友人のもとを訪ねたとき、“歯科治療費がむし歯1本10万円するからわざわざ日本に帰国して治す”と聞き、とても驚いたからです。あんなに甘い砂糖入りのお菓子をたくさん食べているのにアメリカ人は一体どうなっているのか、と調べたところ、痛くもないのに歯医者に通うのが欧米では当たり前だったのです。そしてむし歯や歯周病は予防すれば避けられたとみなされ、自己責任という考え方があり、悪くならないように、定期健診のために通うのです。その結果、日本よりもむ

1人あたりの砂糖の消費量（年間）



資料：農畜産業振興機構委託調査会社 LMC International Ltd (2005)  
他の先進国では日本人よりもかなり多くの砂糖を消費しているにもかかわらず、虫歯の本数は日本人の半分以下です。これは砂糖は虫歯の原因になりますが、砂糖の消費量だけが虫歯の原因ではないことを示しています。

歯を磨く回数



資料：2006年歯科疾患実態調査（厚生労働省）  
日本では1日に2回以上歯を磨く人が70%もいます。これほど歯を磨いているにもかかわらず先進国の中で最も虫歯が多いのは、歯磨きだけの予防では虫歯ができてしまうことを示しています。

し歯がかなり少ないということもわかりました。そして今では予防のために歯科医院に通うという行動が日本でも主流になりつつあります。結果、多くの患者さん（お口の中は健康で何の問題もない方）が予防のために歯科医院に通うようになると、もう誰も「なるべく歯を削らない歯医者」のことを笑わなくなったのです。

予防が定着してきた今、私のほうも今度は「患者さんの人生を豊かに変えるような歯科医師になりたい」と思うようになりました。もしかしたらまた笑われるかも知れません。でも必ずできると信じて頑張ろうと思います。

次回 警告「海外にはまだ行くな〜①アメリカ、EU編」



～著者プロフィール～

土沢デンタルクリニック院長 彌勒寺 寛之（みろくじ ひろゆき）1979年東京生まれ  
住 所 宇都宮市本丸町11-12 T E L 028-634-5141 (URL) <http://tda86.com>  
所属学会

日本口腔インプラント学会 日本歯科審美学会 日本歯周病学会  
日本小児歯科学会 日本ヘルスケア歯科研究会

※学会で得た知識を活かして、個人的に無料相談室を開設しました。  
お口のことで疑問に思っていることなどがありましたら、お気軽にご相談下さい。  
当クリニックのホームページからメールで受け付けています。  
(この無料相談室は予告なく終了することがありますので、ご了承下さい。)

