

CASE PRESENTATION

Dentist

Technician

Hygienist



フロスの役割と臨床応用

—「ルシェロ フロッサー」の特徴と効果的な活用—

東京都 景山歯科医院
歯科衛生士
飯田しのぶ

はじめに

隣接面に対するプラークコントロールは、う蝕や歯周病の予防と治療にとっても大切である。最近では、歯間部の清掃用具として、糸ようじや歯間ブラシを使っている人が増えてきた。しかし、プラークを除去する目的を持ち、適切な器具を使用している人は、まだ少ないように感じている。糸ようじは、歯と歯の間に詰まった食べカスを取るために使用し、歯間ブラシは、健全な歯間乳頭の隣接面に無理に入れて、歯肉退縮という問題を作り出してしまいう場合もある。また、う蝕の予防は、プラークコントロール

だけでなく、歯の脱灰を防ぎ、再石灰化を促進させるために、フッ化物の使用や食生活に注意した正しい生活習慣を、子供のころから持つことが重要である。保護者が生活習慣を管理していた時期には、う蝕が起こらなくても、親の言うことを聞かない反抗期や、独立して一人暮らしを始めるなどの生活習慣の変化により、う蝕のリスクは高く変化してくる¹⁾。それまで「むし歯」にならなかったことがなければ、う蝕の進行に気づかない場合もある(図1)。たとえう蝕が発生しなくとも、プラークの付着は歯肉の炎

症を引き起こす(図2)。またフロスの使用者でも、使用法が適切でなければ、隣接面のプラークを十分に除去することは難しい(図3-1~3-3)。隣接面のプラークコントロールの正しい知識と習慣を持たせるためにも、歯科衛生士は歯ブラシの使い方を指導するだけでなく、フロスの使い方も伝えていくべきだと考えている。そこで今回は、患者さんがフロスの習慣を獲得するための臨床応用と、新しく発売された「ルシェロ フロッサー」の特徴と効果的な応用についてご紹介したいと思う。



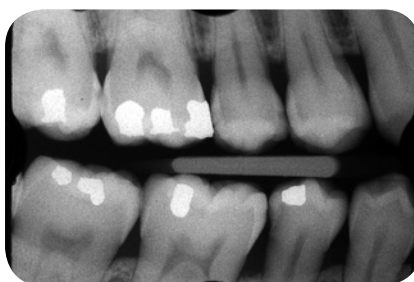
1 21歳女性。子供のときに虫歯の経験がなかったため、歯科医院への定期的な来院がなく、一人暮らしをはじめてからの大学生活中に、進行したう窩ができて気づく。



2 21歳男性。14歳から定期的に来院しており、カリエスフリーであるが、プラークは多く、歯間乳頭部には腫脹がみられる。



3-1 30歳女性。4)、5)のコンタクトカリエスを経過観察している。



3-2 同部位のX線写真。エナメル質内う蝕が認められる。



3-3 患者さんはう蝕の進行予防のため、この部位のみ市販品のフロスを使用しているが、隣接面にはプラークが多く残っている。

プロフェッショナルケアにおけるフロスの使用のポイント

フロスが必要なものであると患者さんに印象づけるには、どのようにしたらよいのであろうか。私は、ブラッシング指導時やメンテナンス来院時に行われる術者磨きやPTCは、患者さんにフロッシングされた口腔内を感じてもらふチャンスだと考えている。そこで、PTCやPMTTCなどの口腔清掃を行うときには、必ずフロスを使うようにしている。フロスの中でもルシェロフロスのUNWAXは、プラーク除去性能が優れている²⁾。歯

面に圧接したときの感触は他社のフロスと異なり、この違いは患者さんにも伝わっている。使用後に「プラークがしっかり落ちてスッキリする」「自分でも使ってみたい」という感想をよく聞く。患者さんが持った興味を、ホームケアにおいてフロスを継続させることにつなげたいと考えている。だからこそ、術中に不慣れな使い方で痛みを与えないように気をつけなければならない。また、UNWAXタイプは、歯面のざらつきや修復

物の不適合部に絡みやすい性質がある。「詰め物に引っかかる、または取れてしまいそうで不安である」ことを理由に患者さんがフロッシングを敬遠しないように、私は、すべてのコンタクトをUNWAXタイプでチェックし、問題がない場合はUNWAXを勧めているが、絡んだときに対処ができなければ、通常のミントワックスの使用を奨励している。フロスの片端を指からはずし、片側に引き抜く方法を伝えることも大切である。



4-1 術者がフロスを使うときに口角を傷めないよう注意する。中指にフロスを巻き、人差し指を口腔内に入れてフロスを動かすと、口角にフロスが当たってしまう。



4-2 歯列の外側の指は、フロスを巻きつけた中指か、直接人差し指に巻きつけ、歯列のすぐ横に置くようにする。巻きつけたフロスは口腔内にあり、口角に当たらない。



4-3 最後臼歯遠心部は、フロスを2重、4重に重ねフロスの幅を増して行くと、安定感と清掃性が高くなる。



4-4 連結された補綴物のポンティックや歯間部のプラーク除去には、フロススレッダーや糸通し部分の付いたスーパーフロスを使わなければならない。



4-5 フロスを2重にし、ねじることで補強され、容易に通すことができる。連結部が少数の場合、有効な清掃方法と考えている。



4-6 歯ブラシとルシェロ フロス UNWAXを使用した清掃後の状態。



4-7 隣接面にフッ化物やMIペーストをすり込むときにもルシェロ フロスは活用できる。



4-8 不適合修復物のマージンにフロスが絡む。患者さんがフロスの使用を中止しないように、WAXタイプを選択し、使用時は片側に引き抜くことを勧める。

フロスを習慣化させるための指導と「ルシェロ フロッサー」

患者さんがフロスの大切さを理解しても、毎日続けられないことが多い。その理由として、「時間がない、面倒だ」という意見をよく聞く。歯ブラシで磨いた後にフロスを使うのが面倒だという患者さんには、歯を磨く前に、フロスを済ませてしまうようにアドバイスしている。また「難しくてうまくできない」という話も多く聞く。実際に使っていたら、指に巻きつけず、短くカットしたフロスを指先でつまんで、使用している場合がある。短く切ってしまうとフロスが滑って使いにくい。本来フロスは40～50cmの長さにカットして使用するものであるが、小さなルシェロ フロスのケースを利き手にもったま

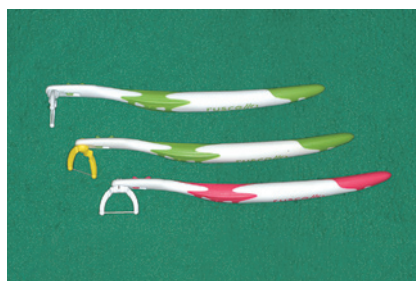
ま、反対側の指に端を巻きつけて、使用して汚れた部分を、順に巻き取りながら使用し、使った分をカットすることもできる。ちょっとした工夫は、節約、エコの裏ワザとして患者さんの気持ちをつかみやすいように感じている。またフロスが苦手な患者さんには、ホルダーフロスを利用すると簡単で便利に始めることができる。

フロスの習慣を作る時期の小児にとって、指に巻きつけたフロスを使うことは難しい。このような場合、ホルダーフロスは簡単に使用できる道具である。ルシェロ フロッサーはハンドルが長く、歯ブラシと一緒に立てて保管できるため、すぐに使

い始めることができる。このようなこともフロスの習慣化には有効である。また、自分で使用するだけでなく、保護者の仕上げ磨きや、介護者を必要とする高齢者に対して使う場合でも、長いルシェロハンドルは使いやすい。ヘッドの角度を変えられることも、部位により使いやすい角度が選べるという利点がある。歯間ブラシのように簡単に使用できて、歯間ブラシのように歯間乳頭を退縮させる為害作用を持たないもの、子供のときから楽しく使用でき、保護者や介護者も使用可能なハンドルの長さのあるものという特徴をフロッサーは持っている。



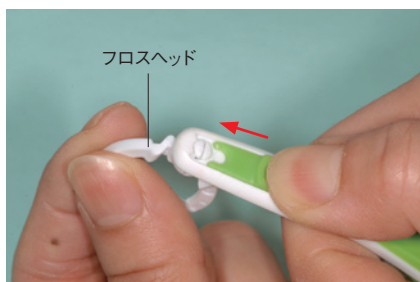
5-1 片方を指に巻きつけ、残りの糸端をカットせず、手の中に持ったままフロッシングを行う。使用した分のみカットすることができる。



5-2 ルシェロ フロッサーは、今までのホルダーフロスと比較してハンドルが長く、ヘッドの角度を変えることができる。



5-3 歯ブラシと一緒に立てておくことができるので、歯ブラシを使う前後、どちらでも使いたいときにすぐ手にすることができる。



5-4 ディスポーザブルのフロスヘッドは、ハンドルに対して縦方向に合わせ「カチッ」と音がするまで押し込みセットする。ロックをスライドさせて固定してから使用する。



5-5 使用後も同様に縦向きに合わせ、ロックを外し、後ろから押すと簡単に取りれる。横向きでは外れにくいので、忘れずに患者さんに伝えたい。



5-6 利き手側（右利きの人は右側）は縦方向のまま使用するとコンタクトを通しやすい。



5-7 反対側（右利きの人は左側）は横向き、または斜めにして使用する。



5-8 前歯部では、ヘッドを縦向きに合わせ、対合側の口唇にハンドルの背中を当ててサポートすると安定して挿入しやすい。



5-9 固定点なしで、挿入すると歯間乳頭部に強く当たってしまい、歯肉を傷めるので注意する。



5-10 臼歯部では、ハンドルを口角に触れさせたり、ヘッドを頬粘膜に触れさせたりすることで安定させて挿入する。



5-11 同じく臼歯部。横向きで使用している様子。ハンドルを口角に、ヘッドを頬粘膜に触れさせてサポートしながら挿入する。



6-1 60代男性。市販のホルダーフロスを使用して来院されたが、コンタクトを通過させているだけで、プラークは落ちていない。



6-2 コンタクトを通過させたら、歯頸部、歯肉溝やポケット上部に軽く挿入させる。深く挿入しすぎると歯肉を傷つけるので患者さんに注意を促す。



6-3 歯面にできるだけフィットさせて、上下に動かしプラークを除去する。



6-4 隣接面プラークが除去できている。残ったプラークは歯ブラシで除去し、フロッサー使用後の歯ブラシ習慣をアドバイスする。



7-1 8歳女児。母親による仕上げ磨きはなく、毎日1人で歯ブラシとフロスを使っている。



7-2 いつものようにフロスをしてもらう。指に巻きつけて使用するのはまだ難しい。



7-3 フロッサーを渡して使用してもらう。ハンドルを握りヘッドは横向きで使用する(左側臼歯部)。



7-4 利き手側、右側臼歯部には、縦向きに挿入するように指導する。



7-5 前歯叢生部に挿入。



7-6 プラークを除去。



7-7 フロッサーが当たったところのプラークは除去されている。



7-8 歯ブラシを使い、いつものように磨いてもらう。



7-9 ブラッシング後の歯面。プラークの隠れていた右上Cに初期カリエスの変色があらわれる。



8-1 3歳女兒。母親の仕上げ磨きのときにフロッサーを使用する。従来のホルダーフロスよりハンドルが長く使いやすい。



8-2 小児の場合、口を大きく開けられずヘッドが対合歯列に当たってしまう場合がある。



8-3 開口量小さい場合は、近心にヘッドを傾けて挿入する。



8-4 小さいころから自分でもフロッサーを使うことで、遊びながら、フロスに慣れてもらう。

おわりに

フロスは隣接面の清掃に欠かせない清掃用具である。私は、口腔衛生担当のプロである歯科衛生士がフロスの特性を知り、患者さんに合ったフロスを紹介していくべきだと感じている。適切な生活習慣を持つ患者さんであれば、歯ブラシを使用するだけでう蝕や歯周病の予防は充分なのかもしれな

い。しかし食習慣の乱れや、加齢や全身疾患による体調の変化は、歯間部のう蝕や歯周炎のリスクを高めている。そうした問題を持つ人に、歯磨きが苦手な面倒くさがり屋が多いようである。気軽にすぐ使えるフロスが存在すれば、フロス使用の習慣につながるのだろうか。小さい頃からフロッサーに慣

れ親しみ、成長に合わせてフロスへとステップアップという計画も楽しみである。また、現在フロスの使用者であっても、ちょっと使いたいときに、指先が汚れず使用できるルシェロ フロッサーは、おしゃれで便利な存在になると思う。多くの人々に健康な口腔を守るフロスの習慣ができることを願っている。

●参考文献

- 1) 景山正登:う蝕・歯周病予防のためのリスクアセスメント&コントロール.別冊歯科衛生士.東京:クインテッセンス出版, 2007
- 2) 尾崎哲則:新素材を活用したデンタルフロスの可能性, GC CIRCLE 2009;131:26 - 28.