

『かかりつけ歯科医をもって、歯っぴーバースデー検診』

つつみ歯科医院 院長 <sup>つつみ</sup> 堤 <sup>まさひこ</sup> 正彦 氏 (彦根市 原町)

「11月『滋賀の医療福祉を守り育てる月間』FMひこねとのコラボ企画第二弾！！」

みなさん、ご存知でしょうか。11月は、『滋賀の医療福祉を守り育てる月間』です。

滋賀県では、医療福祉について、県民が学び、理解を深め、主体的な取り組みを展開していくことの重要性から、地域において県民自ら、健康や地域の医療福祉について考えるきっかけづくりとなるように、11月を『滋賀の医療福祉を守り育てる月間』と定め、県民向けの広報・啓発活動を各地で集中的に実施しています。

そこで、今回は、FMひこね様とコラボしていただいて、下記の日程でラジオ放送もされていますので、こちらでもぜひ先生の対談の様子をお楽しみください。

放送日 【FMひこねラジオ放送(78.2MHz)】

- ◆橋本医院 橋本進一氏 平成29年11月 2日(木)・3日(金)
- ◆つつみ歯科医院 堤 正彦氏 平成29年11月 9日(木)・10日(金)
- ◆リリー薬局 池田富美子氏 平成29年11月 16日(木)・17日(金)
- ◆ダイジェスト版(予定) 平成29年11月 23日(木)・24日(金)

<放送時間>10分程度
①6:40~(金曜日のみ 6:50~)
②7:50~
③9:40~
④11:50~
⑤16:40~
⑥19:50~



今回は、つつみ歯科の院長、堤正彦先生にお話をうかがいました。【取材日：平成29年10月12日】  
 \*インタビュアーは、彦根医療福祉推進センター所長(彦根市立病院在宅診療科主任部長)切手俊弘医師です。(本文中青文字「」内文字)

## 幼い頃から医療を身近に感じ 歯科医師としての道を志す

「先生のお父様は医師ということで、医療の世界は幼い頃から見てこられたと思いますが、先生自身が歯科医師を目指されるきっかけはどういったことでしたか。」

「うちは父方が医師系、母方が歯科医師系の家系なので、医科か歯科かどっちか、という流れが基本的にありましたね。その中で祖父や両親の様子を側で見ていて、医師の仕事も素晴らしいと感じたのですが、私は手先を動かしたりすることが好きなので、必然的に歯科に向かっていったという感じです。」

私は大学を卒業して、千葉で勤務医として一般歯科を行い、つつみ歯科医院は平成20年に開業しました。」



彦根市原町の閑静な住宅街の中にある、つつみ歯科医院。  
かわいらしいポップな看板が目印です

### 地域の歯科医院として

～外来診療だけでなく訪問診療の相談にも応じながら～

「先生は一日をどのようにお過ごしですか」

「皆さんと変わったことをやっているわけではありませんが、朝6時過ぎに起きて、まず犬の散歩をしています。これで目を覚まします。朝ごはんを食べて、8時半頃から自宅の1階にある診療所に降りていって診察の準備をして診療に備えます。午前は9時から1時まで診察をして、その後2時間ほど休憩をして、午後は3時から7時まで診療しています。」

「通院することが難しくなった患者さんからの治療の相談もあるかと思いますが、歯の治療には多くの機械が必要になりますので、歯科の訪問診療はどのようにされているのかお聞かせいただけますか。」



「実は、訪問診療の問い合わせは、非常に少ないのです。おそらく患者さんもちょうと遠慮されているのもあると思うのですが、それでも相談はあります。」

今までの私のケースでいいますと、相談があつたらまず、ミラーなど基本セットのみを持って一度訪問します。そして口の中の状態を見て、これなら自宅で処置できるとなれば、訪問診療の段取りをします。

歯科医師会では訪問診療用の機械セットを2組持っていますので、これを借りて訪問診療を行うといった流れで行っています。」

### 歯医者へのかかり方

「私たちは歯医者に行くというと、歯が痛いとか歯ぐきが腫れているとか、何か異常の症状が出てからというのが多いのですが、歯科の先生から言わせると、もっと早い段階で診察に来たらよかったのに、というようなことをよく聞きます。」

「やはり歯医者に行くきっかけは、痛くなったり、歯が抜けてしまったりというようなことがないと、なかなか行けないのが現状だと思います。それはしょうがないことだと思います。」

ただ一度歯科にかかったら、おそらくそこでいろんな話を聞くとと思います。今の歯の状態、放っておくとどうなるかとか、そういったことを聞いていくうちに、通院の必要性を感じると思います。そして、治療が終わった頃には、今度また痛くなったらどうしようかと考えると思います。そういう時に、今、彦根歯科医師会でも提唱している『歯っぴー・バースデー検診～誕生月にかかりつけ歯科医院へ～』ということをお患者さんに伝えますと、次いつ受診すればいいかわかりますから安心されます。これは少しずつ定着しつつあります。」

## 定期検診の大切さ

「治療にこられた患者さんに、一旦治療が終わった時に、それで終わりにしてしまうと、今度はまた悪くなってからしか来なくなりますし、半年後に受診するようになって忘れてしまいます。そういった時に**自分の誕生日が検診日**です、としておくとうれしいのではないのでしょうか。

歯は放っておくとだんだん悪くなってしまいますので、年に1回は見てもらえると定期的なメンテナンスができます。歯は自分での毎日のメンテナンスも必要な場所です。」

「先日、歯科医師会会長の川尻先生からも『歯っぴー・バースデー検診』のことを聞きました。悪くなってから見てもらうのではなく、誕生日は歳をとっても来るので、その度に検診を受けるようにしたらいいのですね。」



## いくつになっても、いつまでも おいしく食べられるように

～かかりつけ歯科医をもって 定期検診を忘れずに！～

「先生のところでも高齢の患者さんも多いかと思いますが、湖東医療圏だけでなく日本全体に高齢化が進んでいます。長生きする上では、やはり『食』は大事で、しっかりと食べないといけないですね。そのため先生の立場から、歳を重ねていった時に気をつけなければならぬことなどアドバイスがありましたら教えてください」

「いろいろあるとは思いますが、歯の病気というのは積み重ねて悪くなっていきます。医科も同じかもしれませんが、やはり**ちょっとしたことを放っておかない**ということが大事かなと思います。異変を感じたらその都度歯医者さんに診てもらい、そのために、**かかりつけの歯医者さんを持つ**ということが一番大事です。

それから、先ほどお話した**定期健診『歯っぴー・バースデー検診』**ですね。定期的な健診で、患者さん自身では悪くなっているところがわからなくても、歯医者さんが見つけてくれますので、問題があってもその場で治していければ、また食べていけます。そういったことを積み重ねていくと、歳をとってもおいしく、健康に食べ物が食べられるということにつながっていきます。」



## 医科と歯科の連携

「先生のお父さんが隣で内科をされておられますが、歯を見ていて、全身状態のことで内科を紹介したり、反対に、全身状態を見ている医師から、歯のことでご相談を受けるといったような、**医師と歯科医師の連携**はありますか。」

「そうですね。うちの場合は全く遠慮なく、ちょっとしたことでも相談してアドバイスを受けますし、歯科に紹介をいただく場合もあります。歯科医師の立場で、何かちょっと医師に相談したいと思っても、なかなか聞きづらい部分があるので、その点では親子ということですごく助かっています」

## 堤先生からのメッセージ

「最後になりますが、先生から住民の皆さんに歯のこと、健康管理について何かメッセージがありましたらお願いします」

「ありがたいことにうちは遠くからも来ていただいておりますが、中には近すぎて診てもらい難いという声も聞きます。

しかし、遠慮なさらずに、うちじゃなくても構いません。先ほどもいいましたが、かかりつけ歯科医を持つというのは、非常に意味のあることです。もしお悩みでしたらどこでも結構です。一度行かれてみて、ぜひ、かかりつけ歯科医を持っていただきたいと思います。」



## オフレコ

「趣味はたくさんありますね。今は、週に一回しか行けていないのですが、空手をしています。他にも音楽関係が好きで個人的にギターを弾いたり、時々スタジオに行ったりもしています。」



「今、犬を飼っています。バーニーズマウンテンドッグという大型犬です。まだ子犬です。

以前飼っていた犬が亡くなった時、もう犬は飼わないでおこうと思っていたのですが、ペットショップに行くと同じ犬がいるんですね。何度も出会うと、なぜか運命のように感じてしまっ、結局また飼ってしまいました(笑)。何かのめぐり合わせだと思ってしまっんですね。」

切手先生も大の犬好き。堤先生とワンちゃん談義でしばし盛り上がりました。



定期検診の大切さや、かかりつけの歯医者さんを持つことの大切さを教えていただきました。いつも痛くなってから「もっと早く見ておいてもらったらよかった・・・」と後悔。『ちょっとした異変をそのままにしない』という堤先生のお言葉、あらためて肝に銘じました。歯のことは歯科の先生にいつでも相談できるように、かかりつけ歯科医を持つことが大切です。堤先生、これからも歯と口の健康について、ご指導ください。よろしくお祈りします。(A)