

この人と 1時間

インタビュー

歯科医院の院長とし日常の多忙な診療のかたわら、子どものための虫歯予防運動などを精力的にこなす倉治ななえ先生。歯科医師会の講演会、フォーラムや国際学会への参加と、多彩な活動を繰り広げている。本紙「お元気ですか」コーナーで執筆された連載企画「健康な歯を保つために」の終了を機に、歯科医療の現状と問題点、海外の取り組みなどについて聞いた。

「今回で十四回の連載を終えられましたが、一年間余を振り返って、いかがですか」

毎月、虫歯だけでなく、歯と口の健康について幅広い話題をピックアップするように努めていましたが、読者の皆さんからたくさん反響があつて驚きました。特に口腔顔面痛を取り上げた時には、「二十年間苦しんできた痛みの原因がわかりました」という方など、たくさんの方からお手紙をいただきました。口のトラブルで悩んでいる方は本当に多いのだな、とあらためて感じましたね。

「歯と口の健康のためには、全身の健康を考えなければいけないと書かれています」
歯は体の一部ですか



年に数回は虫歯チェックと クリーニングが理想的です

「歯だけが健康」ということはありえないんです。歯の周りを流れる血液は、心臓のポンプで押されてから全身をめぐる血液、いわば「最果の駅」を走る線路のよう

「虫歯については、いかがですか」
私は日本フィンランドむし歯予防研究会副会長を務めており、同国トゥルク大学での研修や現地での視察にも参加しまし

「やはり予防が肝心なですね。現在の日本の歯科医療についてはどう

うなものです。酸素を含んだ新鮮な血液がどれだけ組織に届くかが健康のカギになるので、口の健康には、毎日たくさん歩いて血流をよくすることが欠かせません。また、体の歪みは顎の歪みにつながるの、寝る前にストレッチしたり、枕の高さを調整することも大切です。脚を組んだり、歯をくいしばったりするのは厳禁ですよ。

フィンランドではフッ素とキシリトールの併用が虫歯予防に大変な効果があることが実証されており、子どもの虫歯予防にも積極的に取り組んでいます。小学生に「虫歯予防で大事なことはなんですか?」と聞くと、「フッ素入りの歯磨き粉で歯を磨くことです!」などと、元氣よく答えてくれるんですよ。子どもたちに虫歯予防の知識が浸透していることに驚かされましたね。



「先生ご自身も、子育てと仕事を両立されてきたのですか」
夫婦で歯科医院を開業したのですが、長女は開院当日に生まれました。医務室にベビーベッドを置いて治療していたので、あのころは「父ちゃん、母ちゃん、赤ちゃんの『三ちゃん歯科』なんて呼ばれていたんですよ(笑)。夫は「女性はもっと社会に出るべきだ」という考えで、日本歯科医師会の活動も、ほとんどやっただろうがいと応援してくれていました。日本歯科医師会も女性の活躍に期待してくれていますし、これからは行政にも働き掛け、日本の歯科医療を変えていきたいですね。すべての人が予防歯科にもっと力を入れるようになるための環境を作っていきたいと思っています。

歯科医師

倉治ななえさん

プロフィール くらじななえ

一九七九年、日本歯科大学卒業。八三年クラジ歯科開設(現在院長)。二〇〇三年、Dr.NANA倉治歯科研究所設立。日本歯科大学臨床講師、日本フィンランドむし歯予防研究会副会長、日本歯科医師会学術委員(国際交流委員)、同女性歯科医師の活動に関する検討委員会委員長。主な著書に「子育て歯科」(フタタリフォーラム社)「キシリトールは歯にいい」(KSSS出版)「はじめての歯みがきレッスン」(PHP研究所)など。

(聞き手・池沢なつ)
(写真・宇田 稔)