

医療法人社団 真健会 若林歯科医院 / オーラルケアクリニック 青山

若林 健史

Kenji
Wakabayashi

日本の歯周治療における質の向上、
高度な予防歯科の実現を目指す。

取材文 / 長田英 撮影 / 中島繁樹



1989年に東京・代官山で開業。現在は恵比寿と青山でクリニックを展開する若林健史先生。歯周病専門医、認定医として歯周治療、予防歯科に力を入れている。日本歯周病学会や日本臨床歯周病学会において要職を務め、歯科業界の発展に尽力。歯周治療のテクニカルなテーマや院内システム構築など多岐にわたる講演やセミナー、著書を通じ、後進の育成にも力を注いでいる。

——若林先生とえば日本歯周病学会の理事、日本臨床歯周病学会の副理事長を務めるなど、歯周病治療のスペシャリストですが、自身のクリニックではどのようなコンセプトで診療されているのですか？

若林 当院の診療の特長というと、やはりしっかりとしたカウンセリングでしょうか。まず、初めて来院された患者さんには、歯科ドックといって、むし歯、歯周病、咬み合わせ、これまでの治療歴など、あらゆる方向から検査を行います。その結果を分析し、後日、1時間半ぐらいかけて患者さんに説明します。ご本人のレントゲン写真や過去の症例写真などをお見せし、生涯にわたって自分の歯で美味し

く食事をするためには、現状はこうなっていて今どういう治療が必要なのかを患者さんのご納得がいくまで話をするんです。それもチェアサイドで口の中を診ながらどうこう言うのではなく、ユニットを降りてカウンセリングルームでじっくり話すことが大切だと考えています。寝たままの状態を上からここの言われてしまうと、弱者である患者さんは恐怖もあつてなかなか言いたいことも言えないでしょう。ですから、カウンセリングルームと同じ目線でしっかり説明することを心がけています。

——治療の際に重要視されていることって、



週に1回以上のペースでセミナーや講演を行っている若林先生。

若林 とにかく痛くないようにすること。歯を削るときも神経をとるときも抜歯のときも診療の際は、無痛治療を心がけています。当院では、診療中に寝てしまう人が多いいんです。それぐらいリラックスしてもらわうことが大切だと思いますし、痛みがストレスになつては継続的に歯科治療を行うことは難しいでしょう。

——痛くない治療だからこそ継続的に通う人が多くなるわけですね。歯周病治療を専門にされようと思つたきっかけは？

若林 大学を卒業後、叔父がやっていた自由診療専門の歯科クリニックに勤務したんです。当時は、現在と違って保険診療をしていなければ患者が来ないという時代で、自由診療の歯科医院は非常に珍しかったのですが、遠方から患者さんがいらつしやるほどの人気でした。実際の診療も、テクニカルな部分や患者さんとのコミュニケーションなど、時間のかけ方が違つていました。大学時代に行つていた臨床とは全くかけ離れていて、衝撃を受けたことを覚えています。そして、これが今の私の診療のモデルとなりました。叔父は特に歯周

病の予防に力を入れていたんですが、ブラッシング指導やスクリーニング、ルートプレーニングなどの基本治療を徹底している彼の姿を見てその大切さを実感し、私も歯周病予防を専門にやろうと考えたわけです。将来的に予防歯科の需要が高まるだろうという予測もありましたし。

——おっしゃる通り、現在では予防歯科、特に歯周病予防の重要性が高まっていますね。

若林 そうですね。私が歯周病の専門医・指導医であることから、当院に来られる患者さんも増えてきています。数年前から歯周病と全身疾患の関係性がメディアでも取り上げられるようになりました。糖尿病はもちろん、心筋梗塞

や脳梗塞、誤嚥性肺炎、骨粗しょう症など、数えきれません。そういったことが知られるにつれ、国民の方々も歯周病というのは危険な病気だなと、自分は歯周病かもしれないという心配される方が増えていることは確かです。ネットなどで歯周病・歯科医院と検索すると大体歯周病専門医がいるクリニックがあがってきますから、患者さんがそういうところに集中して

いくでしょう。実際に、当院にもそういう理由で来られる患者さんが増えていきますし、すでにそういう状況になりつつあると思います。ただ、歯科界全体で言うと、国民の歯周病予防の需要の高まりに私たちが追いついていないというジレンマもあります。歯周病の専門医や認定医の数がなかなか増えていない。東京や大阪といった大都市ではまだ数はいるのですが、地方に行くとなると一人や二人しかいないところもあります。そういう風なことを考えると、現状では日本全体として歯周病治療がきちつとできていくかどうかというと、まだまだというのが学会の考えです。

——なぜ歯周病専門医や認定医が増えないのでしょうか？

若林 歯周病専門医の資格を取ろうと思うと、術前術後のレントゲン写真や口腔内のスライド、オペをした部分の写真などの資料を何症例も提出しなくてはなりません。その条件を満たすためには普段からの臨床での適切な治療はもちろん、きちつとした資料取りもしておかないといけない。歯周病専門医が増えないということは、そういうことがしっかり出来ている



歯科医がまだまだ少ないのではないのでしょうか。日本歯周病学会でも臨床歯周病学会でも、各地方の支部が研修会を開催して、専門医になるためのスキルアップをサポートしています。特に若い歯科医師の方には、そういうところに積極的に参加して専門医の資格を取つてほしいですね。それが日本の歯周病治療のポトムアップに繋がると思っています。

——ペリオドンタルシンドロームという言葉も最近耳にするようになりました。

若林 実は私がお名前を考えたんです。メタボリックシンドロームという言葉がありますが、あれは医科の先生が受診率を高めるため



に考えられたものなんです。じゃあ歯科だって何かあってもいいんじゃないかと。それで、歯周病に関連した全身的な疾患の総称としてペリオドンタルシンドロームというのはどうかと思ひ、臨床歯周病学会の理事会で提案したのが始まりです。歯周病の怖さをもっと国民の皆さんに知ってもらうために、ペリオと言えば歯周病に関連した病気なんだということが分かれればいいですね。少しずつ広まりつつあるのですが、もっともっと広めたいと思っています。

うプロケアも大切ですが、患者さん自身によるホームケアも大切ですね。
若林 もちろんそうです。歯周病予防のベースはご家庭でのホームケアです。ただ、患者さんのマインドをチェンジさせることが一番難しい。だから私は歯磨きの技術的な指導はもちろん、患者さんの頭の中を変えるようなカウンセリングを重視しているんです。患者さんによって価値観は人さまさまなので、どの部分をついたら意識を変えてもらえるのかは皆さん違います。例えば、高齢者の方であれば食べられなくなる苦しさや食べ

る楽しみといったところでアプローチしてみたり、若い人であれば審美的な面や口臭の面でアプローチしてみたり、カウンセリングで患者さんが発した言葉から糸口を見つけてその後の診療につなげていくんです。ある意味、心理カウンセリングのような人を診る目を養わなといけないですね。また、メンテナンスも大事ですが、それ以上に大切なのが食生活を中心とした生活習慣だと思ひます。むし歯の予防には歯磨きやフロスだけでなく、シUGARコントロールが重要なんです。どれだけメンテナンスをしても砂糖を摂りすぎるとむし歯になってしまいます。砂糖のせいで体の中の白血球の食食する力が下がって菌を殺せなくなりやすから、むし歯や歯周病と糖尿病の関係もそうだと思います。ですから、極端には難しいですが、ある程度の食生活の指導も必要になってくるでしょうね。

——歯周病治療には歯科医師はもちろん歯科衛生士のレベルアップも必要だと思ひます。

若林 スケーリングやルートプレーニングといった歯周病治療や予防の処置を考えれば、歯科衛生士の

存在がもの凄く大きい。歯科医師だけでは歯周病の治療は出来ないんです。しかし、歯科界の現状では、待遇が良くないとかで歯科衛生士が集まらない歯科医院が多いと聞きます。それは東京や大阪であったとしてもです。そういった歯科医院は歯周病治療をしつかりしようと思つても出来ないのが現状ではないでしょうか。

——一方で、貴院のように歯科衛生士を多く抱えている歯科医院も定着する歯科医院はどう違うのでしょうか？

若林 もちろん給与や休暇などの待遇面は大切ですが、しかし、それだけではないと思ひます。歯科衛生士がどれだけやりがいを持って働けるかが重要なのではないのでしょうか。それにはしっかりとした教育とシステム構築、院長の配慮が必要だと思ひます。

——若林先生のクリニックではどういふことをされているのですか？

若林 実際の教育というところで言えば、患者さんの前に出る前に、模型を使ってビデオを見ながらの研修をします。ただ、一番大切な

のは現場で患者さんと相対したときにしっかりとした衛生指導ができるかどうか。当院では、まず最初は軽症の患者さんを担当させます。術前術後のスライドを撮影して歯科衛生士から患者さんに「こんなに良くなりましたよ」とプレゼンテーションをさせるんです。そうすると、歯科衛生士自身でも良くなつていくことを実感できるし、達成感やモチベーションにも繋がるでしょう。患者さんに感謝されるのが歯科衛生士さんたちも嬉しいんです。そういう風に徐々に重症の患者さんを担当するように移行していつトレニングと経験を積ませるんです。もちろん、私やベテランの歯科衛生士たちの確かな指導も必要です。3年ぐらいたれば色々な患者さんを任せられるようになりますね。

——やりがいやモチベーションというのは大切ですね。

若林 やはり仕事ですから、そこは重要だと思ひます。大きな声では言えませんが、うちは決して給料が高いわけじゃないんです(笑)給料はそこそこでもやりがいのある仕事ができるということ、歯科衛生士さんたちが集まってきたく

れているのだと思います。

——若林先生の人間性やお人柄もあるのでは？

若林 いやいや私の人間性が良いかどうかはわかりません(笑)ただ、私は基本的に歯科衛生士が言ってきたことに対して否定しません。「こういう風なことをしたいんですけど」とか「こうしたらもっと良くなると思うんですけど」と言われたら、私は「わかった、1回やってみよう。やってみてダメだったら止めればいいんだし」と。頭からダメだと言っちゃう先生もいると思います。自由な発想を言える環境にしたいので拒否は絶対し

ません。自慢じゃないですが、スタッフを怒ったことがないんですよ。何かまずいことをしているなと思ったら、怒るのではなく本人に気付いてもらうようにしています。自分で気が付かないと人は変わろうとしないし変わらないですから。

——若林先生のセミナーでは歯科医院のシステム作りをテーマに話されることも多いとか。しかも、人気ですぐに定員が埋まってしまおうと聞きます。

若林 大したことを話しているわけではないんですが、何故だかあちこちから呼んでいただいております。特に、歯科医師の方だけでなく、

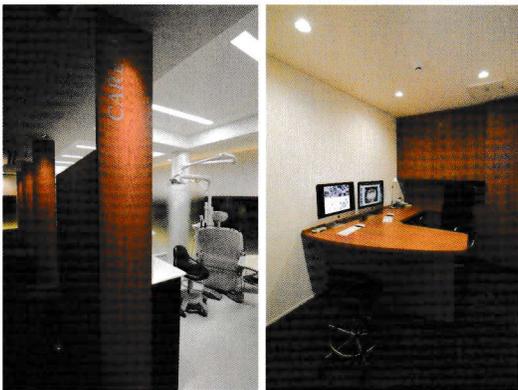
く、歯科衛生士の方や医院のスタッフの皆さんが一緒にいる前で歯科医院のシステム構築についてお話しすると喜ばれますね。先生方に向けて、「凝り固まった頭でいたらだめだよ、もう少し自由にフレキシブルに考えないと。スタッフにあれが出来ていないのが出来ていないと言っているばかりじゃなくて自分の行動を振り返ってみてくださいよ」と言うと、歯科衛生士さんたちはよく言ってくれたとなるし、先生方は痛いところを突かれてイタタタとなる。逆に歯科衛生士の方々に向けて、「のほほんとしていたらだめだよ。診療時間後に練習したり休みの日にセミナーに行つて努力しないと。それをしないで給料を上げてくれ、もつと休みをくれたとか言ってもそれはないでしょ」と言うと、先生方がよく言ってくれた(笑) 私はどちらにも変わってほしいんです。自分たちのクリニクでミーティングをして、どうしていけばより良くすることができるかスタッフ全員で考えていたいただきたいですね。歯科医療はチーム医療ですから。

願います。

若林 実際に学校で教わってきた知識があると思うのですが、それはやっぱり紙の上での知識でしかありません。それを実際の臨床でしようと思つたときに、何となくではなく、「こういう理由だからこの処置をする」ということを一つの治療で確認しながら実践してほしいですね。そういうことの積み重ねで学校で学んだ知識と自分が臨床でしていることがリンクしていきます。なぜその行動をするのかを常に考えることが大切です。あと、若い先生方は患者さんに自分の言いたいことだけを一方的に伝えて終わってしまった場合が多いですね。研修を終えてくると、頭の中に知識が沢山あるから必要のない説明までしてしまつて、今そ

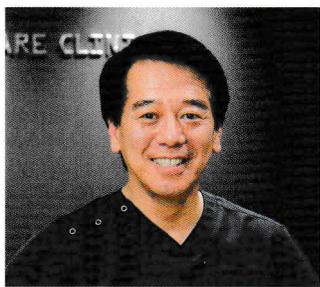
の患者さんにそれを言つたって聞く耳を持たないよみたいなことがよくあります。伝えることが大切にならなくてなく伝わるのが大切ですから。とはいえ、若い人の吸収力は凄いですし、レベルも上がってきていると思います。私は61歳ですけれど、まだまだはなたれ小僧です。若い先生方と一緒に歯科業界を盛り上げていきたいですね。

自身の診療に加え、年間50回以上の講演やセミナーで全国を飛び回る忙しい日々。歯科に関することももちろん仕事以外のことでも積極的に吸収しようとする姿勢は60歳を超えても変わらない。旧態然とした考えでは進歩がないと未来の歯科業界を見据える若林先生の目は力強く前向きだった。



「オーラルケアクリニック青山」の内観。受付はホテルのコンシェルジュのよう。

最後に、先輩歯科医師として若手の歯科医師へのメッセージをお



Profile 若林健史(わかばやしけんじ)

1982年 日本大学松戸歯学部卒業
1989年 東京都渋谷区代官山にて開業
日本歯周病学会理事、日本臨床歯周病学会副理事長、米国歯周病学会会員、日本大学松戸歯学部歯周治療学講座非常勤医院

若林歯科医院
東京都渋谷区恵比寿南2-5-1
EBISU TIDE BUILDING 2F
☎03-5794-0648

オーラルケアクリニック青山
東京都港区南青山3-15-6
リップスクエアDビル3F
☎03-6447-0046