



「コロナ後の新しい生活に必要な基本的生活習慣」

公益社団法人神奈川県歯科医師会理事（さとう歯科医院院長） 佐藤 哲郎

私が学校歯科医として担当する川崎市の小学校は、児童数 550 人の中規模校ですが、永久歯むし歯数は学校全体で 2 本になります。児童 2 名が 1 本ずつむし歯を有しているのみで、他の児童には永久歯のむし歯はありません。これはかなりの数値ですが、就任当初の平成 13 年当時は児童数が 800 名以上と多かったとしても永久歯のむし歯は数百本ありました。当時は年度初めに検診だけを行うのが学校歯科医の役割でしたが、これではその状況を変える事は出来ません。そこで学校側には数々の制約、都合がある中、粘り強く交渉し、年に一回のみの検診だけではなく、「定期歯科検診→検診結果の評価→クラス毎の歯科保健指導→臨時歯科検診→学校保健委員会→次年度の歯科保健計画立案」との年間を通した歯科保健指導を実現しました。その他の事業として給食後の歯みがきも実現させました。この結果、2 年後より効果が認められむし歯だけでなく、歯肉炎を含む歯周疾患も激減し、現在では上記の結果になっております。この話をすると、「給食後に歯みがきをするとむし歯が減るのですか？」との質問があります。そうではなく「食事をしたら歯をみがく」との基本的生活習慣が給食後のみならず家庭においても実行され、毎食後の歯みがきが家庭に於いて定着したからであると考えております。

さて、今回のコロナウイルス感染に関しては、学校の休校など例年と異なる現象を余儀なくされております。担当の小学校も例外ではなく通常 5 月の定期歯科検診が 9 月となり大変心配しております。と申しますのは当院でメンテナンスを行う児童も多く、良い管理と支援が例年行えておりましたが、今年は 6 月以降になり折角のむし歯ゼロだった児童にいきなりむし歯を発見する事態が散見されております。これは休校中による基本的生活習慣の乱れによる現象、つまり規則正しい生活習慣が乱れ、歯みがきが疎かになった結果ではないかと危惧しております。時代は変化し、新しい生活様式の定着が始まりました。歯みがきという生活習慣はコロナウイルスの感染予防、重症化予防の観点からもますます必要な行動としての定着が必要と実感しております。今後、学校現場においてさらなる支援を充実させて参りたいと感じております。