

## 歯科衛生士コーナー

### モチベーションをするために

日本歯周病学会歯科衛生士関連委員会  
日本歯科大学附属病院 歯科衛生士室  
松澤澄枝

#### はじめに

平成 22 年 9 月 30 日現在、768 名の日本歯周病学会認定歯科衛生士が誕生し<sup>1)</sup>、歯周病の予防・治療を通して国民の口腔保健の増進に貢献しています。

私は、平成 20 年春に日本歯周病学会認定歯科衛生士を取得いたしました。平成 17 年に日本歯周病学会の認定歯科衛生士制度が発足したことを知り、歯周治療に携わる歯科衛生士として「是非とも挑戦し、歯科衛生士としてスキルアップしたい」という思いで申請しました。取得に至るまで、長い月日を要しましたが、長期間来院されている患者さんの初診時からメンテナンス時にいたるまでの症例をまとめ、見直すことにより、歯周病管理の重要性を改めて学ぶことができました。取得後は業務に対するモチベーションもあがり、患者さんにより良い臨床を提供できるよう、日々努力しています。平成 22 年夏、日本歯周病学会 歯科衛生士関連委員会では、「認定歯科衛生士のすすめ-日本歯周病学会 認定歯科衛生士申請について-」と題するパンフレットを作成いたしました(図 1)。申請資格、新規申請の手順、更新申請の手順をわかりやすくまとめていますので、認定歯科衛生士を目指す皆さんはもちろん、更新申請される認定歯科衛生士の皆さんにも、是非ご一読頂きたいと思います。

歯科衛生士が行う歯周病管理のなかには、各種検査、モチベーション、口腔衛生指導、スクレーピング・ルートプレーニング、PMTC、栄養指導、健康管理、定期的口腔内管理があります。長期間に及ぶ歯周治療を成

功に導くためには、歯科医師、歯科衛生士との協働と共に、患者さんの治療への参加が必要となります。患者さんに口腔内の疾患を認識させ、主体性を持って治療に参加してもらい、それを継続していただくことは、臨床経験が多く、大勢の患者さんの歯周治療に携わっている歯科衛生士でも、容易なことではありません。今回は、歯科衛生士として患者さんに知識を与え、かつ行動を起こさせるためのモチベーションについて、考えてみたいと思います。

#### モチベーション(動機づけ)とは

「モチベーション」とは、「動機づけ」のことであり、人に行動を起こさせる原動力(きっかけ)を与えることです。モチベーションは、「動因」および「誘因」により成り立つと考えられています。「動因」とは、人の内部・心にあり、行動を引き起こします。「誘因」とは、人の外部にあり、この要因により人の行動は誘発されます。口腔衛生指導に関していえば、歯肉に違和感を感じ来院された患者さんに、ブラークコントロールの重要性を説明します。その重要性を理解した患者さんは、「がんばってブラッシングをしてみよう」とやる気を起こし、実行します。これが、動因と誘因によるモチベーションの成り立ちであり、しっかりとしたモチベーションがあつてこそ、患者さんのセルフケアの向上につながります<sup>2)</sup>。

特定非営利活動法人日本歯周病学会編：『歯周病の診断と治療の指針 2007』<sup>3)</sup>では、「モチベーション(動機づけ)」の項において、以下のように記載されていま

連絡先：松澤澄枝

〒102-8158 東京都千代田区富士見 2-3-16

日本歯科大学附属病院 歯科衛生士室

Sumie Matsuzawa

E-mail : matuzawa@tky.ndu.ac.jp



図1 発行：特定非営利活動法人 日本歯周病学会  
「認定歯科衛生士のすすめ」  
日本歯周病学会 認定歯科衛生士について

す。

「モチベーションは、患者自身によるプラークコントロールを成功させるうえでも、歯周治療を成功させるうえでも、欠かすことのできない重要な事項である。そのためには、患者との信頼関係を確立したうえで、口腔の健康の重要性を認識させ(よく噛める、QOL、審美性など、年代により認識する重要性が異なる)、プラークコントロールが口腔の健康を回復維持・

## 医療面接の目的

- ①患者の疾患に関する情報を収集し、評価すること (狭義の問診)
- ②良好な患者-医療従事者関係を構築し、それを維持すること (ラポール形成)
- ③患者を教育し、動機づけて、治療への協力関係を確立すること

図2 医療面接の目的 文献4)より引用

機能していくために不可欠であることを自覚させる。具体的には、口腔内写真、歯周組織検査(歯周ポケット、動揺度、プラーク染め出しとプラークチャートなど)にもとづき、患者に口腔内の状態(病状)を知らせること、プラークと歯周病との関係についてわかりやすく説明することや、位相差顕微鏡などを用いたプラークが微生物であることを実際に見せることなどが重要である。プラーク除去後の口腔内の変化、歯肉の炎症の変化、歯周ポケットの変化などを具体的に画像などで示すことにより、プラークコントロールの効果を自覚させることが大切である。モチベーションは、1回で終了するものではなく、繰り返し行うことが必要かつ効果的である。なお、一般的には、モチベーションは時間の経過とともに効果が低下するので、定期的にモチベーションを行う。」

つまり、歯周疾患を改善に導くためには患者さんとの信頼関係が必須であり、プラークコントロールの確立を目指すため様々な方法を用いて説明し、その効果を実感させ、自ら治療に参加してもらう。長期間に及ぶ歯周治療では、繰り返しモチベーションを行い、維持することが重要である、ということになります。

## 患者さんとの信頼関係を築くには

長期間の歯周治療の中で、患者さんとのラポールの確立や、円滑なコミュニケーションが取れるか否かで、治療の成否が左右します。診療の全期間にわたって行われる医療面接では、医療従事者として患者さんを理解するための努力が重要となり、後の患者-医療従事者との信頼関係につながることであります(図2)<sup>4)</sup>。患者さんが歯科医院を訪れる理由はさまざまで、主訴やニーズ、診療に対する希望に耳を傾ける必要があります。これらを熱心に行うことで治療に対する不安を取り除き、安心感を与えることができます。口腔内や全身の医学的な情報だけではなく、患者さんの生活環

## カウンセリングの方法

1. 感情の受容
2. 感情の反映
3. 繰り返し
4. 感情の明瞭化
5. 承認一再保証
6. 非指示的リード

図3 カウンセリングの方法 文献4)より引用

境や背景、健康観などの情報を得るためには、カウンセリングの技法を用いることが有効です(図3)<sup>5)</sup>。カウンセリングを行うことにより、患者さんとの共感・共有が生まれ、信頼関係を築くスタートラインに立つことができます。そして、これらによって得られたラポールの確立とカウンセリングの情報をもとに、患者さんの性格、生活リズム、嗜好、スキルに配慮した口腔衛生指導を行っていくことが、長期間における歯周治療のなかでのモチベーションの維持・継続に、良い結果をもたらします。

### プラークコントロールの確立を目指すために

歯周治療の中で、歯周病の原因であるプラークを取り除くことが重要であり、患者さん自身によるプラークコントロールの確立は、必須となります。長期間のリコールに耐え、臨床的に健康な歯周組織を維持するには、患者さんに対しての歯科医師、歯科衛生士によるモチベーションが出发点となります。

#### 1) モチベーションのステップと方法<sup>6)</sup>

- ① 患者さんの口腔内を把握、理解し、その問題点を考え、患者さんがどういう口腔内の状況下にあるのかを知らせる。
- ② 患者さんに、歯周病の原因や問題点を理解してもらうため具体的に歯肉の発赤・腫脹・排膿、歯牙の動揺、ポケットやプラークの存在を認識させる。
- ③ 治療の解決方法(歯周治療に対する治療の仕組みやプラークコントロールなど)を提示する。性格・年齢・職業などにより、患者さんの心を動かし意欲をかりたてるような関心のある要素をみつけ、歯周治療に積極的に参加してもらう。
- ④ 歯周疾患の改善のために、ブラッシングのテクニックにこだわらず、プラークの除去・方法を考えさせ、プラークコントロールを励行させ

る。

- ⑤ 患者さんの口腔内にあった、プラークコントロールを指導し、患者さん自身の口腔内の変化に気づいてもらう。(歯肉からの出血の減少、歯肉の形態、色などの変化など)
- ⑥ 患者さんにプラークコントロールの有効性や、必要性を理解し継続してもらうため、プラークコントロールの方法と習慣化の指導を行う。

モチベーションは、最初の導入が肝心であり、時間を十分にかけて歯周疾患の病態について説明を行うことが大切ですが、それをいかに維持し強化していくかが成功への鍵となります。歯周治療のさまざまな流れのなかで、患者さんとのコミュニケーションをはかりながら、根気よく、あきらめずに、しかも持続してモチベーションを行うことがプラークコントロールの確立に必要であると考えられます。しかし患者さんの性格や口腔内は、1人1人同じわけではなく、同じモチベーションを行うことは、不可能です。歯科衛生士は、患者さん1人1人の動因を理解し、その誘因となるオリジナルなモチベーションを考え、提供することが大切です。

#### 2) 継続を目指した口腔衛生指導

- ① 患者さんに現在の口腔内の現状を理解していただくため、口腔内写真やレントゲン写真を用いてプラークコントロールや炎症の状態を説明する。
- ② 歯周病は、生活習慣病であるため、生活習慣の問題点(セルフケア、食習慣、喫煙、悪習癖など)を改善してもらう。
- ③ 患者さんと一緒に目標設定を行い、指導だけが先走りしないように注意する。
- ④ 磨き残しばかり指摘し批判するのではなく、改善されている点を褒め、励ましの言葉をかける。
- ⑤ 患者さんのスキルを考慮し、1度にいろいろな方法を教えず、多数の清掃用具を勧めない。
- ⑥ 清掃用具の正しい使用法を、説明する。
- ⑦ 口腔内の爽快感を実感していただくため、術者磨きを行う。

上記に挙げた内容は、ほんの1部にすぎません。日々変化する患者さんの口腔内を注意深く観察し、患者さんの意見を取り入れながら、継続して無理なく行うことのできる、ホームケアの確立を支援していく必要があります。(図4)



初診時(1.28-1997)



SRP終了時(4.22-1997)



SPT移行時(10.30-2003)



メンテナンス時(10.22-2010)

図2 モチベーションが長期間にわたり維持できている口腔内  
(初診時より13年経過)

## まとめ

患者さんにモチベーションを行う目的の一つは、いかにセルフケアが大切か、いかに正しいセルフケアを長期にわたり継続することが大切か、ということを理解し、行動してもらうためです。患者さんにとっての歯科的健康観には個人差があり、私達のように口腔内のことばかりを考えているわけではありません。押し付けではなく、患者さんと共に目標を定めてアプローチをおこない、「自分の口腔内は自分で守る」という概念をもってもらうことが必要です。そのためには患者さんをよく知り、患者さんの言葉に耳を傾け、焦らず、患者さんの速度に合わせた対応をすると共に、ワンパターンなモチベーションではなく、モチベーションをおこなう側も十分に勉強し患者さんの興味のもてる内容を考え、用意することが大切だと思います。これらの努力を行うことにより、患者さんの診療における満足感が得られ、モチベーションの維持・継続につながると考えられます。

## 文 献

- 1) 特定非営利活動法人 日本歯周病学会 認定歯科衛生士 <http://www.soc.nii.ac.jp>
- 2) 浦野直子, 野村正子編: ひとことじゃいえないモチベーション, 第1版, 医歯薬出版株式会社, 東京, 2000
- 3) 特定非営利活動法人 日本歯周病学会編: 歯周病の診断と治療の指針 2007, 第1版, 医歯薬出版株式会社, 東京, 2007
- 4) 特定非営利活動法人 日本歯周病学会編: 認定歯科衛生士のための歯周治療ガイドブック キャリアアップ・認定資格取得をめざして, 第1版, 医歯薬出版株式会社, 東京, 2009
- 5) 鴨井久一: 患者指導-大学における教育, 臨床, 研究の立場から一, 歯界展望(臨時増刊) 第67巻 6号: 1203-1210, 医歯薬出版株式会社, 東京, 1986
- 6) 高柳篤史編: 別冊歯科衛生士 モチベーションを上げる15のアドバイス, 第1版, クインテッセンス出版株式会社, 東京, 2009