研 究 者：坂本　友紀（所属：浜松市口腔保健医療センター）

研究題目：歯間部清掃用器具を普及するための教材の検討

目　的：

歯周病による歯の喪失を防止するために歯間部清掃用器具の使用が推奨されている。本研究は，歯間ブラシの使用法を説明する手段として，「歯間ブラシの使用を啓発するリーフレット（以下，リーフレットと表記する）」，「歯間ブラシのサイズ選択と動かし方を説明するための模型（以下，模型と表記する）」，「口腔内での指導（以下，口腔内指導と表記する）」のそれぞれがどの程度の効果があるかについて検討することを目的とした。

対象および方法：

歯間ブラシの使用方法を指導される側の意識を調査するために，歯科診療所の患者を対象として自記式調査を実施した。調査の趣旨を説明し協力が得られた 29 歯科診療所に，リーフレット及び模型を配布し，歯科保健指導をした患者に自記式調査票に回答してもらうことを依頼した。

自記式調査票は，「歯間ブラシの使用経験の有無」，「歯間ブラシを使用しない理由（複数選択）」，「歯科保健指導を受けたときに，リーフレット，模型，口腔内指導のそれぞれが，「歯間ブラシに関する知識を深める（以下，知識と表記する）」，「歯間ブラシの使い方や動かし方を理解する（以下，使い方と表記する）」，「歯間ブラシの適切なサイズを選ぶ（以下，サイズ選択と表記する）」ために，どの程度役に立ったかを「役に立った＝ 5」～「役に立たなかった＝ 1」の 5 段階で評価するといった内容であった。

歯間ブラシの使用方法を説明する手段として，それぞれの方法がどの程度役に立ったかについての比較は，知識，使い方，サイズ選択のそれぞれの項目について，回答された 5 段階の数値を Wilcoxon の符号付順位和検定にて行った。

結果および考察：

患者 304 名（平均年齢：57.0 歳，標準偏差：14.2 歳，男：126 名，女：178 名）から回答が得られた。このうち，「歯間ブラシを使用している」または「過去に使用したことがある」と回答した者（以下，使用経験群と表記）は 226 名（平均年齢：57.7 歳，標準偏差：13.5 歳，男：88 名，女：138 名）であり，「使用したことがない」と回答した者（以下，未使用群と表記）は 76 名（平均年齢：55.2 歳，標準偏差：15.8 歳，男：38 名，女：38 名）であった（人数の詳細を図 1 に示す）。

歯間ブラシを使ったことがない理由としては，「買ったことがない（56%）」，「使用を勧められことがない（45%）」，「使い方がわからない（37%）」，「面倒である（29%）」，「サイズがわからない（12%）」という選択肢が選ばれることが多かった（複数回答）。一方，使用経験群のうち，「過去に使用したことがある」という回答をした者は 62 名（平均年齢 53.8 歳，標準偏差 15.1

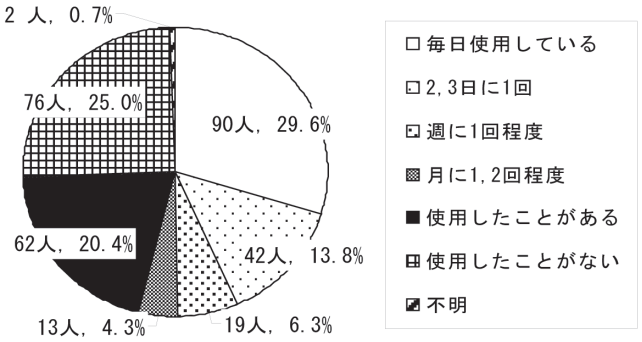
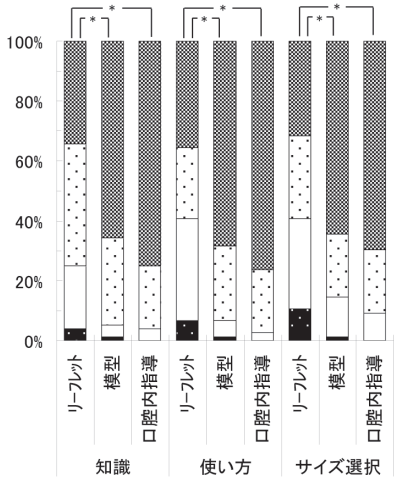
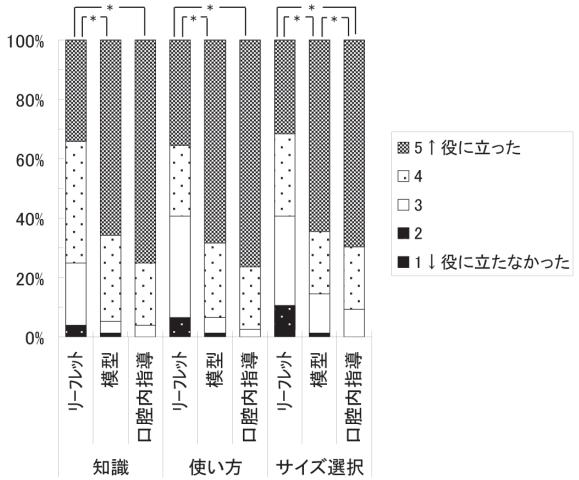


図１　歯間ブラシの使用状況
使用したことがないと回答した者の割合は４分の１であった。



*: p<0.025 Wilcoxon 符号付順位和検定(n=76)

図 2-1　患者の評価（歯間ブラシ未使用群）
歯間ブラシを使ったことがない患者は，知識，使い方，サイズ選択ともに，リーフレットよりも模型や口腔内指導が，役に立ったと評価した。



*: p<0.025 Wilcoxon 符号付順位和検定(n=228)

図 2-2　患者の評価（歯間ブラシ使用経験群）
歯間ブラシを使ったことがある患者は，知識，使い方，サイズ選択ともに，リーフレットよりも模型や口腔内指導が役に立ったと評価し，さらに，サイズ選択は口腔内指導のほうが役に立ったと評価した。

歳，男 20 名，女 42 名）であり，現在使っていない理由として，「面倒である（39%）」，「時間がかかる（18%）」，「サイズがわからない（15%）」，「歯と歯の間に入らない（15%）」，「歯ぐきを傷つける（13%）」，「出血するとこわい（13%）」，「歯ブラシで十分（11%）」，「歯と歯の間があいてしまう（11%）」という選択肢が選ばれることが多かった（複数回答）。

歯科保健指導を受けた後に，どの指導方法がどの程度歯間ブラシの指導に役に立ったと思うかという質問では，未使用群においては，知識・使い方・サイズ選択のいずれも，「模型のほうがリーフレットよりも役に立つ（$p < 0.025$）」，「口腔内指導のほうがリーフレットよりも役に立つ（$p < 0.025$）」という評価であった（図 2-1）。口腔内指導と模型の評価の比較では，統計学的に有意な差は認められなかった。

使用経験群においても同様に評価すると，知識・使い方・サイズ選択のいずれも，「模型のほうがリーフレットよりも役に立つ（$p < 0.025$）」，「口腔内指導のほうがリーフレットよりも役に立つ（$p < 0.025$）」という評価が得られたほか，サイズ選択においては「模型よりも口腔内指導

のほうが役に立つ（$p < 0.025$）」という評価が得られた（図 2-2）。

これらの結果から，保健指導を受ける側である患者からは，模型を使った指導や口腔内での指導のほうがリーフレットを読むことよりも役に立つと評価されること，歯間ブラシ使用群・未使用群を問わず，模型と口腔内指導に対する評価には大きな差がみられないということが明らかとなった。つまり，リーフレット等による情報提供だけでなく口腔内での指導も併用すると効果が期待できる可能性があること，仮に口腔内での指導ができない場合には，模型を用いて指導するほうが効果が期待できる可能性があることが示唆された。また，これまで歯間ブラシを使ったことがない理由として，「買ったことがない」，「使用を勧められことがない」，「使い方がわからない」という回答が多かったことから，新たな生活習慣として歯間ブラシを使うことを提案する際には，口腔内で指導することや模型を使って指導することを考慮する必要があると考える。

生涯にわたって，より多くの自分の歯を維持するためには，特に中高年期において歯周病を予防することと，重症化を抑制することが重要である。健康日本 21 では，35〜54 歳の者で歯間部清掃用器具の使用率を 50%以上とすることを目標としているが，中間評価での使用率は 40%程度であった。歯間部清掃用器具を使用する者を増加させるためには，より効果の期待できる働きかけが必要と考えられる。本研究の結果は，歯間ブラシの使用率を向上させるための手段を検討するための材料のひとつとなるが，患者を対象とした調査であるため，一般住民を対象としてさらなる検証をする必要がある。

成果発表：

発表準備中