

1. 事業名：禁煙支援歯科医療従事者養成講習
2. 申請者名：北海道歯科医師会
3. 実施組織：北海道歯科医師会・北海道・北海道歯科衛生士会
4. 事業の概要： 喫煙と歯周病との因果関係について EBM が明確になっているが、各歯科医院で禁煙支援が行われているかという点、まだ十分に満足できる状況とは言い難い。そこで、禁煙支援を推進できる歯科医療従事者を養成するための講習会（ワークショップ形式）を開催し、また禁煙支援チャートを作成した。
5. 事業内容： 今年度（平成 22 年度）は第二弾として、J R 札幌病院保健管理部の谷口治子先生、フクハラ歯科医院（大阪府吹田市開業）院長の福原 稔先生他以下講師を招聘し、講義と実演、ロールプレイを取り入れた参加型の養成講習会を 2 回行った。また、歯科医院で利用できる禁煙支援チャートを作成した。 テーマと講師 1 回目 禁煙外来における禁煙治療の実際（講演） J R 札幌病院保健管理部 谷口治子 歯科臨床現場における禁煙指導の導入に向けて（演習） 北海道保健福祉部健康安全局医療参事 佐々木 健 2 回目 つながりが医療の満足度を高める ～動機付け面接法の実際～（講演） フクハラ歯科医院（大阪府吹田市開業）院長 福原 稔 歯科臨床現場における禁煙指導の導入に向けて（演習） 北海道保健福祉部健康安全局医療参事 佐々木 健
6. 実施後の評価： 禁煙支援への行動変容、行動科学、ヘルスプロモーションの概念が理解でき、また歯科からの禁煙支援の推進は効果的なことが分かった。 ・喫煙は生活習慣病を招く他の行動と同じであるが、薬物依存症の面も持っている。現在、禁煙は「我慢から治療へ」の新時代となり、身体的依存には禁煙補助薬、心理的依存には行動療法や心理療法的アプローチを施すことができる。しかし、歯科では薬の処方がないため保健指導に重点を置き、自分自身で「やめたい」という気持ちを励まし育てる方法や相手の言葉を利用しながら徐々に正しい方向に導いていく「動機づけ面接法（MI）」の効果的な指導方法を取り入れることが必要である。歯科で行う定期的な歯面清掃や徐石の機会に支援を続けていくということは、禁煙と歯周治療によって口腔と全身の健康を応援する歯科にしかできない方法である。 ・喫煙者と非喫煙者のアルファ波の検出データによりタバコにはリラックス効果はない。 ・動機付け面接法による「受け止め→考えてもらい→気づかせて→ポジティブな言葉で締めくくる」を効果的に取り入れることで（受け止めコミュニケーション）、患者に行動変容を起こさせ、患者自身で気づくことで実行性が高くなる。 ・歯を治療すればよい歯科医療の時代はとうに過ぎ去り、歯と口を通していかに全身の健康を維持・向上させるかが課題である。治療の手技に自信があっても、プラークコントロールと禁煙という患者に良い生活習慣が確立されていなければ、禁煙支援・歯周治療は成功したものとはならない。歯科医療従事者に求められるものは何といても保健指導力であり、「保健指導力」という大きな武器を持ち、歯の寿命を伸ばし、全身の健康の維持・向上に導くことがこれからの歯科医療の使命である。