

海外派遣者のオーラルケアをサポートして

第9回 海外における歯科医療事情

アメリカンドリームをかなえるためには、まず歯のホワイトニングから？！

ほりぐち歯科

三上ゆう子

「うちの医院で扱っているホワイトニングの薬の効果が弱い。もっと強い薬液に変えませんか？」

若手女子スタッフたちから声が上がりました。私の勤務する歯科医院でのミーティングの最中でした。彼女達は、医院で扱っているホワイトニングの薬液に不満がある様子です。ホワイトニングといえば歯科では「歯を白くする」ことです。ホワイトニングとは、漂白効果のある薬液を使用して白くする治療方法で、歯を削ったり材料を詰めたりはしません。最近では歯やお口の、と付け加えなくても「ホワイトニング」だけで十分意味が通じるくらい注目度の高い治療内容になってきました。

むし歯や歯周病のことは気になるけど、自分の歯の色なんて気にしたことがなかった方もいらっしゃるでしょう。今夜歯をみがく時、ついでに自分の歯の色をよーく見てみませんか。歯の色はそもそも、ひとりひとり微妙に違います。白っぽい歯があれば、象牙色もあり、またグレーの色味が混ざっている歯もあります。グレーの入った歯の色は「歯医者さん泣かせ」の難しい色味です。そんな前歯の治療の時は、きれいに仕上げるために私たち歯科医師はいろいろと工夫を凝らすのですよ。また、年齢を重ねると誰でも若い時に比べて歯の色が黄色っぽくなったり、着色が目立つようになってきます。

日本製は低刺激で安心、アメリカ製は強い効果を期待

歯を白くするためには、漂白作用のある薬液に歯を浸します。漂白効果を高めるために、マウスピースを使用して薬液を入れます。歯の表面にシールを貼って漂白剤を浸透させる製品もあります。私がクリニックでお勧めしているホワイトニングキットは日本製で、マウスピースを使用する製品です。歯を白くする効果を出すためには約2時間かかります。いくら自宅できるとはいえ、2時間もマウスピースをお口に入れておかなくてはなりません。「2時間は長すぎる」と患者さんからご不満をうかがうこともあります。でも、歯髄（歯の中心を通っている神経や血管）への刺激が弱いので安心して使えます。ホワイトニングの後で歯がピリピリしたという訴えは、あまりありません。

ホワイトニングキットで薬液の効果が強いのはアメリカ製です。使用方法は日本製とほぼ同じですが歯を浸す時間はたったの30分。しかも、日本製より歯が白くなったことを実感できます。・なぜなら、薬液の濃度が日本製より高いのです。人によっては薬液の刺激が強すぎてピリピリ感が気になることもあります。私は患者さんの歯を白くしたいけれど、歯髄を刺激からできるだけ保護したい。漂白効果を比べると日本製の薬がアメリカ製より

弱いのは、私だけでなく日本国内ではそれが大方の意見だからでしょう。



白い歯でサクセスをつかみ取れ！

アメリカ製のホワイトニング用薬液は日本製品に比べて確かに強くて、歯をより白くすることができます。アメリカ人にとって「歯を白くしたい」願望は日本人よりずっと強いのですね。アメリカでは、社会生活において、笑顔、それもキラッと歯を見せるタイプの笑顔がとても重要であることと関係しているかもしれません。アメリカのとある歯科学会のホームページを読んでみましょう。

「魅力的なスマイルはもはや社会的な資産です」

アメリカでは、笑顔が社会のお宝という認識です。お宝であればそりゃあピカピカに輝かせていないと価値が下がります。

「魅力的なスマイルはまた、異性にアピールするために欠かせません。99.6%の人がそう感じています。」

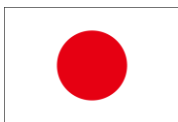
アメリカでは彼氏・彼女が欲しいならまず笑顔なんですね。彼氏・彼女を求めていなくても、職場や学校で楽しく過ごすためには異性とうまくつき合いたいのので、やはり笑顔は大切です。

「そして・・・スマイルが魅力的かどうかは、白く輝く歯で決まります！」

ここまで読むと、もう自分の歯の色が気になって仕方ありません。そして、とどめはこう書いてあります。

「自分の笑顔に自信がないと感じているのですか？それなら、あなたが人生で成功することは、とても難しくなりそうです」

もしアメリカで成功したいと思ったら、何はなくともまず歯科の予約を取って、歯を白くするしかありません。



白さも安全性も大切！

日本で成功を目指すとしても、もちろんスマイルは必要でしょう。きれいな歯は間違いなくあなたの魅力をアップさせます。けれども、アメリカ社会のように「まぶしく輝く白さ！」を追い求めるというよりも「安全性を十分考えた中での白さ！」が日本流ホワイトニングということのような気がします。

でも、クリニックの若いスタッフは「白くならなきゃ意味がない」と断言するのです。自分の歯を白くする目的で、なんと指定時間を無視して倍の時間も歯に薬液をつけっぱなしにしてみたり、短期間で繰り返し薬液を使用してみたり（本当は間隔を空けて使用することになっているのに）と、現状を聞いてびっくりです。安全性とか歯髄刺激性とか気にしているのはもしかして私だけ？しかも、都内の歯科医院で取り扱われているものでは、アメリカ製が増えているような感じですが。今までは低い薬品濃度で生産されてきた日本製ホワイトニングキットも、これからはアメリカ製の製品に近づいていくかもしれません。

ホワイトニングの方法・いろいろ

「自分の笑顔がどれくらい魅力アップするのか、ホワイトニングを試してみようかな」と思われた方もいることでしょう。ホワイトニングの方法をいくつかご紹介します。

IN-OFFICE TEETH WHITENING

歯科医師が院内で直接行う方法。薬液を使用する方法のほか、強い光やレーザーを当てるこ

とで白くするやり方もあります。処置は歯科医院ですべて済んでしまうので、患者さんにとっては楽な方法だと思います。

HOME TOOTH WHITENING SYSTEMS

歯科医院で薬液の処方をするのですが、ホワイトニングは自宅で行う方法。日本製は歯髄への刺激について安心できますが、薬の保管や使用方法を患者さんにしっかりマスターしてもらう必要があります。使用する時間やホワイトニング後に薬液を洗い流すことなど、IN-OFFICE と比べるといろいろお約束があります。

OVER-THE-COUNTER (OTC)

歯科医院に行かなくても、薬局で手に入るホワイトニングキットのこと。日本の薬局でも少しは売っていますが、アメリカのドラッグストアに行くといろんなホワイトニングキットがずらーっと並んでいて壮観。気軽に誰でもホワイトニングをやってみよう、というノリはさすがホワイトニングの先進国です。

歯科医師としては薬局で購入した商品であっても、使用する際にぜひ私たちに相談して欲しいものです。

ホワイトニングのいちばん良いところは、歯を削ったり傷をつけたりすることなく、口元・顔の印象を変えられることです。ホワイトニングをやったけど気に入らないかもしれません。そんな時は何もしていないでいるとホワイトニングをする前の状態に戻ります。髪のカラリングとかパーマみたいなものです。さて、あなたは効果を求めるアメリカ派？安全第一・日本流？どちらでしょうか。

三上ゆう子先生

*現職 : ほりぐち歯科

資格 : 歯科医師

研修歴 : 東京医科歯科大学歯学部卒業後、英国エジンバラ大学、The Royal London Hospital 留学。

帰国後、東京大学医学系研究科国際地域保健学教室所属。

JOMF の会員用掲示板相談歯科担当

<https://jomf.or.jp/login/login.html> (会員専用コーナー)

2015 年度海外専門医療相談においてフィリピン マニラ相談会担当。

<http://jomf.or.jp/pdf/2015/06/317/manilareport.pdf> (報告)