

JOMF 海外巡回健康相談報告 マレーシア

- 歯科巡回 4 年目を終えて -

なかむら 歯科

神山 美穂

私は歯科医師で、普段は週1日、東京医科歯科大学で外来や研修医の指導をおこなっています。また、父が40年前に開業した個人病院で、主人と一緒に一般診療にあたっています。義歯の専門医であることから、午前中は高齢者中心の診療をおこなっています。午後は、子どもの矯正治療がメインの仕事になります。3人の子供にも恵まれ、まだ元気な両親の助けを借りながら、なんとか育児と仕事の両立をしています。そんななか、学生時代から海外学生交流の活動でお世話になっている田中健一先生から、歯科巡回のお話を伺い、参加させていただくことになりました。2016年、2017年、2018年はフィリピンのマニラへ、2019年にはマレーシアのクアラルンプール、ペナン、マラッカへ歯科巡回に行きまして。今回マレーシアで行った歯科相談及び日本人学校での歯みがき教室をはじめ、これまでの経験を振り返り、海外で暮らす日本人の方の悩みと、それに対してサポートできることについて考察いたしましたのでここに報告いたします。

寄せられた相談から

相談の中心は、むし歯の有無、歯並び相談、現地での歯科治療への不安、食事指導、日本に帰ったら歯科治療を受けた方が良いか、このような治療法はどうか、など多岐にわたります。インターネット社会の現在では、悩み事がある場合、誰でもインターネットで調べます。状態の深刻さとは関係なく異常なまでにインターネットで調べている患者さんは日本でもみうけられますが、私が歯科巡回で診た方々では、その割合が高いように思います。それは、やはり気軽に日本語で専門家に聞くことができないからかもしれません。



赴任者のご家族と相談中

例えば、少し歯ぐきが腫れて現地の歯科医院に行ったら抜くように言われた。どうなのか？という悩みは比較的多く、抜く前になんとかしたいという思いと不安からインターネットでかなり検索される方を見受けました。本当に抜く必要があるか？日本ではあんな治療やこんな治療もあるがどうなのか？帰国滞在期間は2週間しかないがその間にこの治療はできるか？などから、現地の医者は抜かないとばい菌が心臓にまわって死ぬといわれた、抜いた後に入れ歯になる事に関する精神的ケアをして欲しい等、様々です。もちろん、歯ぐきが腫れるということ自体の原因は沢山ありますので、インターネットの情報がそのまま当てはまるとは限らないのですが、歯を抜くという不安が増すような記事を読み、仕事が手につかないくらいの不安をかかえているという方もいらっしゃいました。

そのような場合、まず話をゆっくり伺い、専門家として助言をして、なんとか安堵して帰って頂けるよう努めております。実際に治療ができない、という歯がゆさを感じることもあります。大学病院でも複雑な問題が絡み合っている治療の場合、治療する紹介先の先生とは別に、私は削るなど治療

をしないでカウンセリングとしての役割をする事もありますので、そのような気持ちで巡回中も別の先生が治療する事を想定したうえで相談を行うようにしています。

実際には大人の方が、自分の相談にいらっしゃるよりも、お子様の相談でいらっしゃるケースがずっと多いです。お母様方の相談会のなかで、どうですか、こちらでの生活は？と尋ねると「思ったより、全然いいです。楽しんでます。」とおっしゃる方がとても多いことが興味深いです。赴任先によって違うのかもしれませんが、「赴任前は衛生面や医療、生活、食事、子供の学校など不安しかありませんでしたが、来てみると思ったよりずっと過ごしやすいです。日本よりいいかもしれないです。でも、医療だけはやはり日本語で受けたいと思います。英語では細かいことがわかりにくく、自分はなんとかできるけど、子供が心配です。」という方が多くいらっしゃいました。それが、歯科相談でも自分の相談ではなく子供の相談を優先させて行っている事のあらわれと感じました。確かに、希望の有無に関わらず、海外の転勤が決まるとお母さん達は真っ先にお子様の心配事が浮かぶのだと思います。子供を持つ母親としてもお母さん方の気持ちが痛いほどわかります。皆さんの不安が杞憂におわり実際の生活に満足しておられること、一番の不安である医療問題について少しでもお手伝いできることをうれしく思います。



赴任者のご家族と相談中

矯正について

お子様の相談の内容では、矯正の相談がとても多いです。むし歯治療と違って、矯正は長期間かかります。そのため、時期ははっきりしないが帰国する予定のある子どもたちを抱えて、開始時期をはじめとして悩まれる事は多いと思います。また、小児期の矯正治療は成人期の矯正治療とは違い、成長という不確定要素をどうとらえるかによって様々な考え方があり、開始時期や治療方法のバリエーションが多いのです。私の個人的な考え方は、小児期の矯正治療は特にしっかり長期予後と同じ先生に見てもらった方が良くと思うので、帰国予定のある駐在員のご子息の場合、日本に帰国してからの本格的な治療をおすすめする事が多いです。そんなとき、親御さんは今できることないかしら？と相談に来ているので通院しなくてもいますぐ家庭でできる歯並びのための指導をするように心がけています。歯並びは、遺伝的と考えられる方が多いのですが、実は後天的な要素の方が多くあります。後天的要素というのは、食事の仕方、口呼吸、舌の使い方、飲み込み方などで、歯並びに影響を与えるということです。このようなことをお母さん方に知って頂き、改善策を日常に取り入れて頂くと良い影響がありますので指導させていただきます。また、日本人小学校や幼稚園での講義の際もお口の体操の指導などをいれて、歯並びをふくめた予防の啓発をおこなっております。

海外で相談する意義

歯科巡回で歯の相談をしていて心がけていることは、歯の話題をしながらその背景にある生活やその他の不安を引き出し安心にかえてあげたいということです。日本国内在住ですと自治体等がフォローしたり、相談する場所がありますが、海外にいる場合その部分を担える機会が極端に少なくなります。育児の大変さで奥様の様子がおかしいとご主人様から相談をうけたり、お手伝いさんに任せっきりにしていたら子供の口の中がむし歯だらけになってしまっていることに気がつかない方がいらしたり、未就学児の繰り返すむし歯に怒りだすお父さんがいたりと様々な背景が有り、通り一遍に食べた

ら歯を磨きましょうではむし歯はひどくなるばかりです。微力ではありますが、医療という話題の中で生活を垣間見せて頂き、一緒に悩みながらできるだけ同じ目線になるようにして解決策を考えるようにしています。

このような機会を与えられて、私自身勉強になる事が多くありました。この活動が少しでも皆様のお役に立てたと信じながら、JOMF や各地の日本人会、日本人学校、日本人幼稚園の皆様感謝いたします。