

SillHaで実践!

SillHaユーザー限定スキルアップセミナー

予防歯科の仕組化メソッド

対象

これからSillHa活用を始めたい/もっと活用したいご施設



2025

4/10 木

13:00~14:30

視聴無料
Webセミナー



(株)スマイル・フォー・ユー
歯科衛生士 長岐祐子

『**リスク**と**病気**の違いを理解しSillHaを活用する』

本日の内容

◆リスクと病気の違い

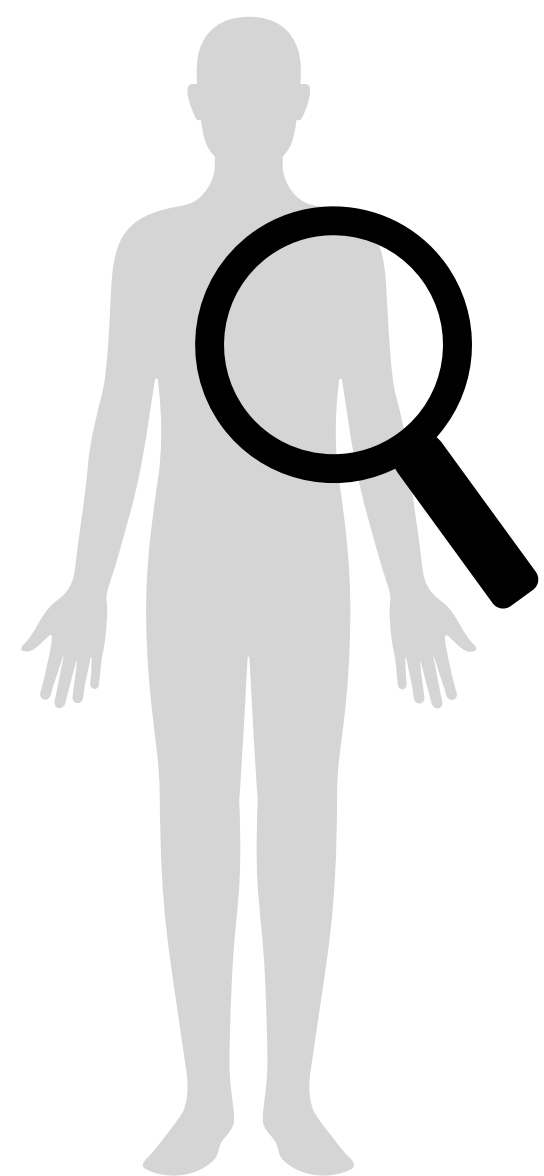
◆リスクを読むための
アセスメント

◆唾液検査結果を使った
予防行動の強化

そもそも“検査”とは？



病気にならないためのもの



今現在、病気になっているか
どうかを判断するためのもの
or
将来、ある病気になる危険性
<リスク>を確認するためのもの

◆リスクと病気の違い

リスクと病気の違い

その前に！

“健康”の正しい意味はご存知ですか？

リスクと病気の違い

【“健康”の正しい意味】

WHOの概念

健康とは、単に病気ではなく、
身体的・社会的・精神的に安定している状態

身体的：怪我も病気もなく体力がある

社会的：仕事に就いていたり、
コミュニティに所属している

精神的：適度にストレスを発散でき、
メンタルが安定している

リスクと病気の違い

身体的
な安定

“真の健康”

精神的
な安定

社会的
な安定

家族や友人,仲間がいて
社会との繋がりがあり
心も身体も元気な状態

どれか1つでも
欠けている場合
“真の健康”
とはいえない！

リスクと病気の違い

【“健康”の正しい意味】

WHOの概念

健康とは、**単に病気ではなく**、
身体的・社会的・精神的に安定している状態

健康

リスクが
低い状態

未病

リスクが
高い状態

病気

未病：発病には至らないものの
健康な状態から離れつつある状態

自覚症状はなくても検査で異常がみられる場合や
自覚症状があっても検査では異常がない場合、
その他「だるい」「疲れやすい」などの不調も“未病”

リスクと病気の違い

【“健康状態(健康か病気か)は、健康バロメーターのようなものであり、身体“0”か“1”かを示すものではない！”の状態

の概念

つまり！以下の状態は“健康”を示す表現ではない！

- ・ 病気(疾患)ではないこと
- ・ (健診結果で)異常値がないこと
- ・ (異常数値はあるが)不調を感じないこと
- ・ 医者に「問題ないですね」と言われた など

リスクと病気の違い

【“リスク”の正しい意味】

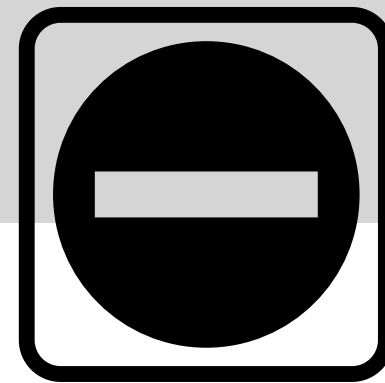
危険度, 危険が生じる**可能性**
(危険に遭う前の状態に使われる言葉)



事故に遭わない道はどっち？

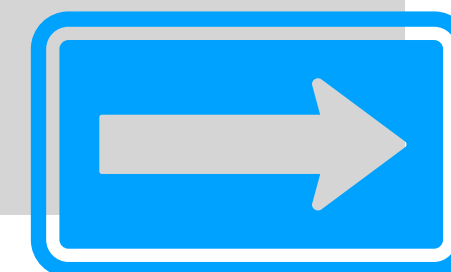
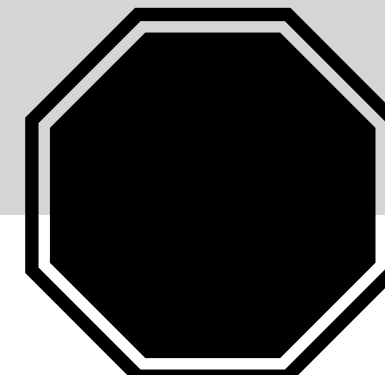
イメージ

どちらを選んでも危険に遭ってしまう可能性はある



危険度90

リスクが高い



危険度10

リスクが低い

リスクと病気の違い

【“予防”の正しい意味】

悪い事態を生じないように気をつけ、
前もって防ぐこと（…**予**め**防**ぐこと）

1 次**予防**
健康増進

免疫力をつけ
病気にならないようにすること

2 次**予防**
早期発見

病院などで
異常がないか検査すること

3 次**予防**
リハビリ

社会復帰の促し、
再発しないようにすること

予防は
3種類
ある

リスクと病気の違い

歯科衛生過程[②歯科衛生診断]にて学ぶ3つの型

	症状や徴候 (痛みや悩み)	原因や危険因子 (不健康な行動など)
①実在型	ある	ある
②リスク型	ない	ある
③ヘルスプロモーション型	ない	ない

リスクと病気の違い

歯科衛生過程[②歯科衛生診断]にて学ぶ3つの型

	症状や徴候 (痛みや悩み)	原因や危険因子 (不健康な行動など)
①実在型	ある	ある
②潜在型	ない	ある
③ヘルスプロモーション型	ない	ない

病気になっている(疾患がある)

リスクと病気の違い

歯科衛生過程[②歯科衛生診断]にて学ぶ3つの型

	症状や徴候 (痛みや悩み)	原因や危険因子 (不健康な行動など)
まだ病気ではないが、 発症する可能性が高い状態		
②リスク型	ない	ある
③ヘルスプロ モーション型	ない	ない

リスクと病気の違い

歯科衛生過程[②歯科衛生診断]にて学ぶ3つの型

	症状や徴候 (痛みや悩み)	原因や危険因子 (不健康な行動など)
①実在型	ある	ある

現時点では病気(疾患)ではない
現時点では発症する可能性も低い

③ヘルスプロ モーション型	ない	ない より健康になりたいという望みがあり行動している
------------------	----	--

リスクと病気の違い 歯科衛生過程[②歯科衛生診断]にて学ぶ3つの型

フローチャート

患者さん

Yes

症状や徴候
がある

No

Yes

原因や危険因子
がある

No

実在型

リスク型

ヘルスプロモーション型

リスクと病気の違い

リスク有りの状態 と 病気 は全く別物！
ハイリスク, ローリスクも関係ない！

イメージ・例

Aさん,Bさん,Cさんは
リスクがある状態

Dさんは病気がある



リスクと病気の違い

病気か、病気でないかを診断し、その後、患者さんが抱えるリスクの大きさを判断すること

イメージ・例

要注意
対処が必要

安心は
出来ない

今のところ
可能性は低い

早急に
治療が必要

病気発症

高

中

低

危険度

Aさん

Bさん

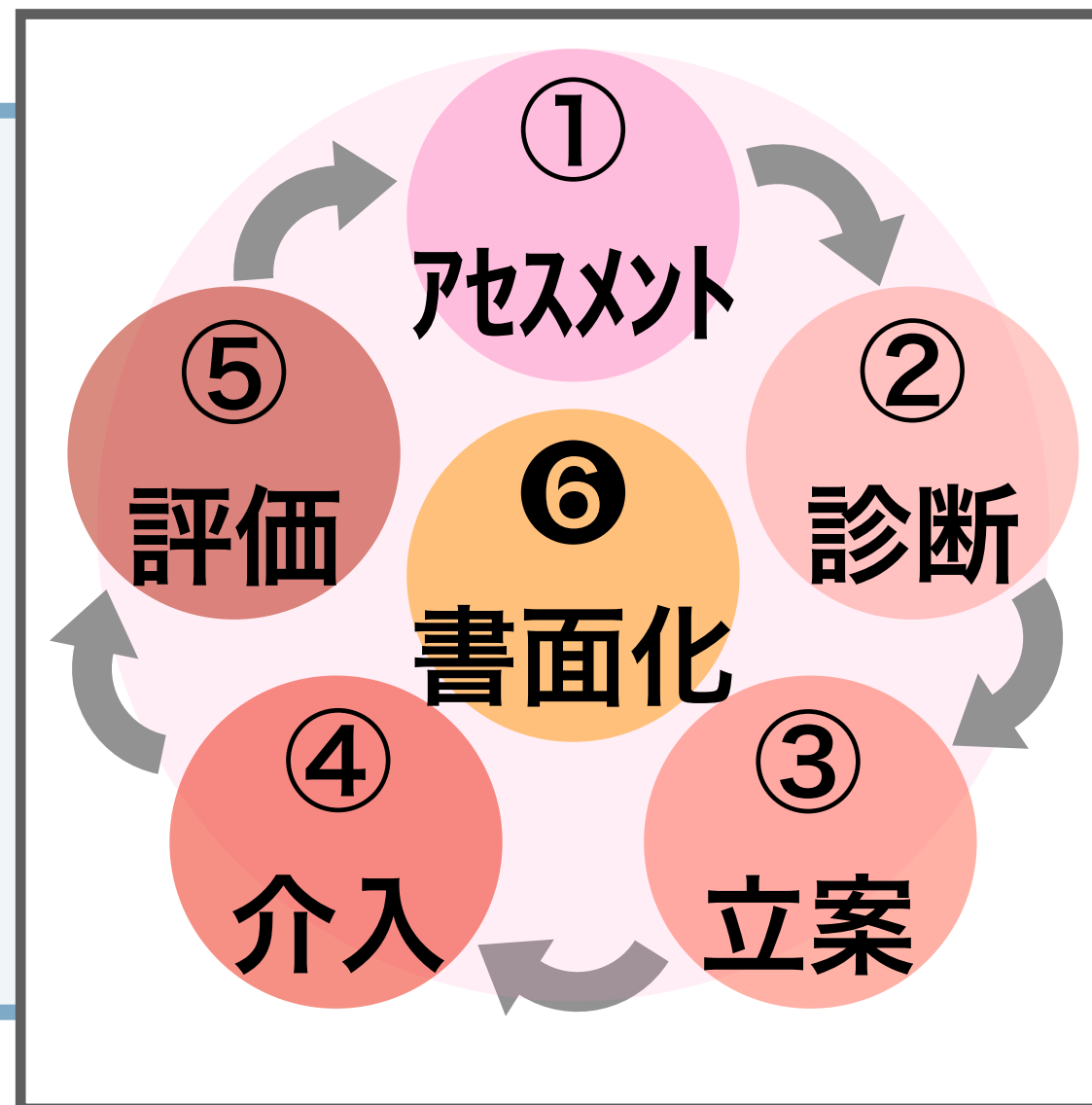
Cさん

Dさん

◆リスクを読むためのアセスメント

リスクを読むためのアセスメント

【アセスメントとは(assessment)】
〔人や物の〕評価、判断
〔課税のための〕評価、査定 など

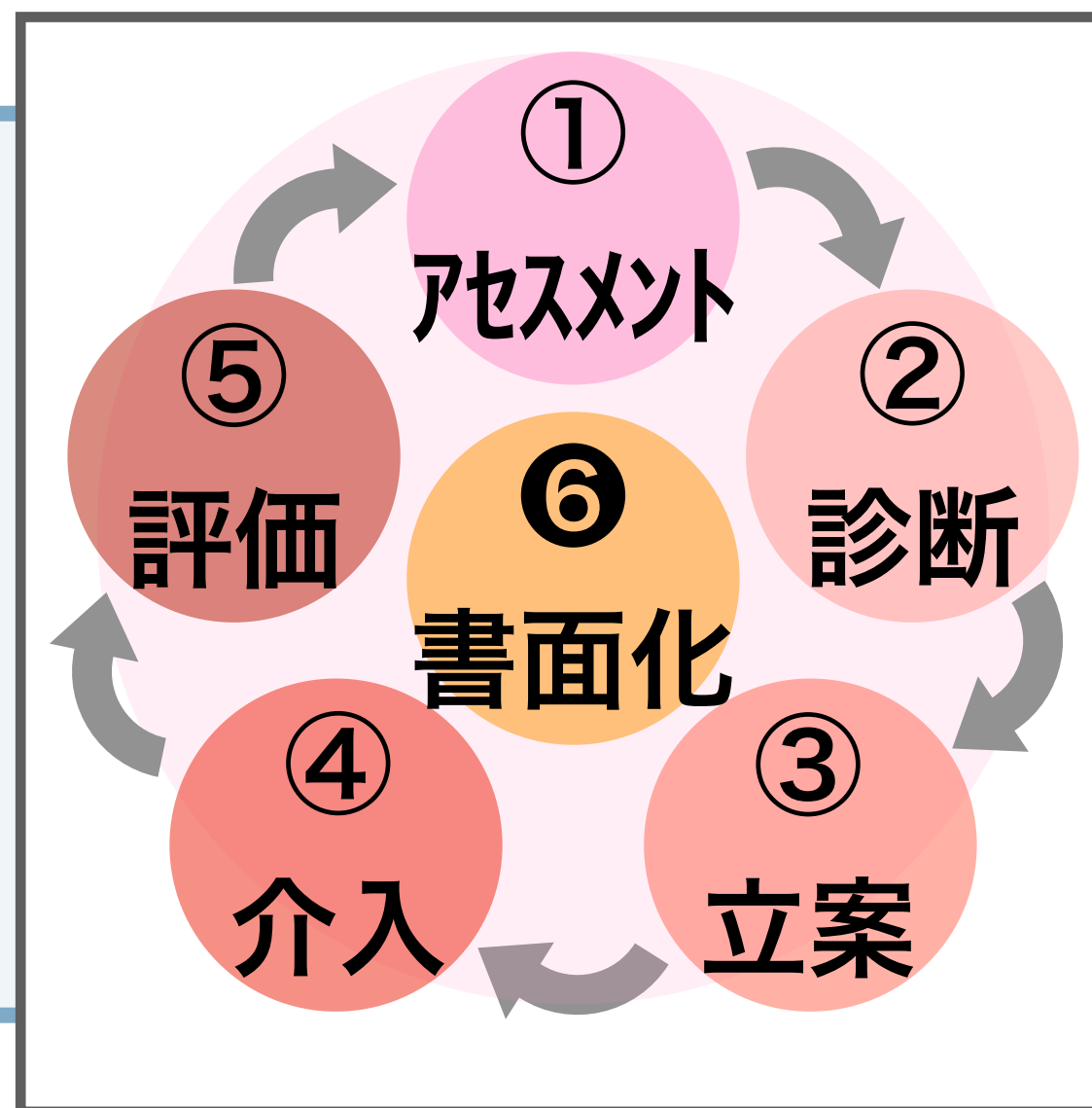


歯科衛生士に必要な考え方の基盤：歯科衛生過程

【歯科衛生アセスメント】
対象者のニーズに焦点を当てて課題を解決する
ための歯科衛生過程の最初のプロセス

リスクを読むためのアセスメント

【アセスメントとは(assessment)】
〔人や物の〕評価、判断
〔課税のための〕評価、査定 など



歯科衛生士に必要な考え方の基盤：歯科衛生過程

【歯科衛生アセスメント】

※教本では、観察的情報は客観的情報の中に分類されていますが、長岐は区別しアセスメントを行なっています

主観的情報

問診表, 予診票,
カウンセリングなどで収集

客観的情報

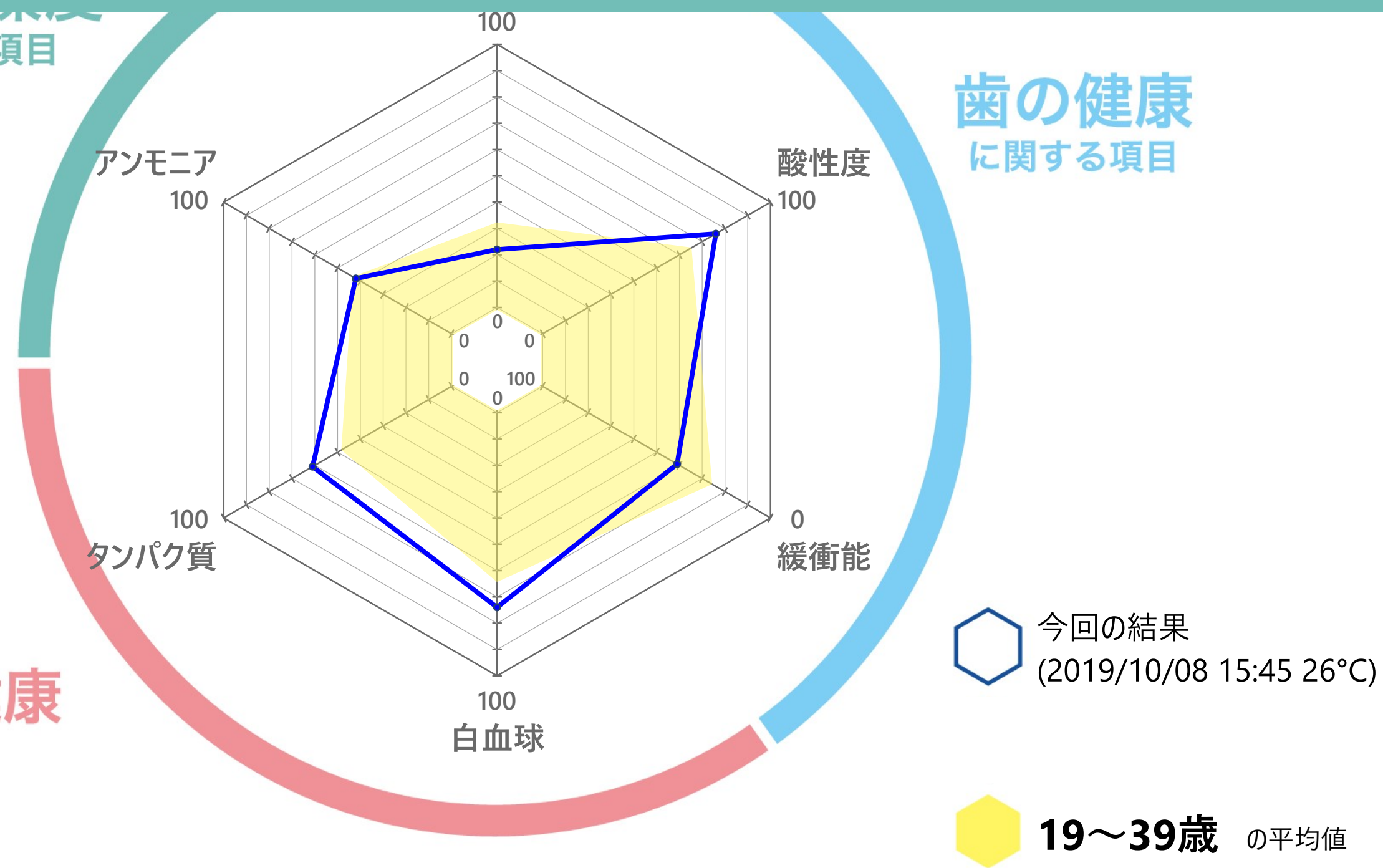
レントゲンや検査結果,
検査資料などで収集

観察的情報

患者さんの見た目(肌艶,
髪質, 血色, 爪, 乾燥など)

リスクを読むためのアセスメント

SilHaを活用する際に必要な2つの視点



過去

現在

未来

歯の健康

- ・むし菌菌
- ・酸性度
- ・緩衝能

歯ぐきの健康

- ・白血球
- ・タンパク質

口腔清潔度

- ・アンモニア

リスクを読むためのアセスメント

評価する際の
項目

歯の健康

- ・むし歯菌
 - ・酸性度
 - ・緩衝能
- いずれかの
スコアが高い

歯ぐきの健康

- ・白血球
 - ・タンパク質
- いずれかの
スコアが高い

口腔清潔度

- ・アンモニア
- の
スコアが高い

現在

過去

- DMF
- D:未処置のむし歯
M:むし歯が原因の
抜歯
F:治療したむし歯

- (体内の)炎症レベル
- ・慢性炎症
 - ・慢性疾患
- 糖尿病,高血圧,脂質異常症
- ・肥満 など

- 自浄作用
- ・咀嚼機能
 - ・唾液量
- など

リスクを読むためのアセスメント

評価する際の
項目

歯の健康

歯ぐきの健康

口腔清潔度

- ・むし歯菌
- ・酸性度

- ・白血球
- ・タンパク質

- ・アンモニア

白血球のスコアもタンパク質のスコアも、
体内での“炎症反応”を示している

が高い

白血球：身体が炎症反応や感染に対処していることや
免疫系が活発に働いていることを示す

タンパク質：体内で何らかのストレス(感染症)や炎症
が起こっていることを示唆する

リスクを読むためのアセスメント

評価する際の
項目

歯の健康

歯ぐきの健康

口腔清潔度

“炎症状態”は健康からかけ離れた状態であり、
体内に炎症反応がある患者さんは、
口腔内(毛細血管)も炎症している可能性が高い
(特に、肥満は慢性炎症である と言ってよいくらい危険な状態)

過去

DMF

D:未処置のむし歯
M:むし歯が原因の
抜歯
F:治療したむし歯

(体内の)炎症レベル

- 慢性炎症
- 慢性疾患
糖尿病,高血圧,脂質異常症
- 肥満 など

自浄作用

- 咀嚼機能
- 唾液量
- など

リスクを読むためのアセスメント

例



“歯ぐきの健康”の
リスクが高い
と判断できる

主観的情報

Kr: 「**糖尿病**で通院してます」

Kr: 「**運動**は苦手で…**してない**…」

客観的情報

- SillHaで**白血球**のスコアが高い
- SillHaで**タンパク質**のスコアが高い

観察的情報

- **肥満体型**
- **肌荒れ、オイリー肌** など

◆唾液検査結果を使った予防行動の強化

唾液検査結果を使った予防行動の強化

生活習慣をヒアリングし、
改善できる要素を見つけ、
具体的な指導・アドバイスをを行う

Step1：1日の流れを知る

- ・起床時間
- ・食事のタイミング
- ・就寝時間
- ・食事内容 (間食,おやつ,飲み物
アルコール,おつまみも含む)

Step2：食事,睡眠,運動の深掘り

- ・気をつけていること
- ・睡眠時間
- ・水分補給
- ・睡眠の質
- ・運動習慣や内容
- など

カルテNo. _____ 氏名: _____

性別: _____ 生年月日: _____ 年 _____ 月 _____ 日 _____ 職業: _____

記入日: _____ 年 _____ 月 _____ 日 _____ 担当: _____

0時

3時

6時

9時

12時

15時

18時

21時

全身疾患/喫煙歴など

食事

睡眠

運動

短期目標

中期目標

長期目標

唾液検査結果を使った予防行動の強化

生活習慣をヒアリングし、
改善できる要素を見つけ、
具体的な指導・アドバイスをを行う

Step3：短期,中期,長期の
具体的な目標を設定する

- 短：すぐに行動に移せる簡単なこと
- 中：その後に行う少しハードルの高い行動を設定すること
- 長：〇〇を習慣にする のような、時間や日数がかかること など

カルテNo. _____ 氏名： _____

性別： _____ 生年月日： _____ 年 _____ 月 _____ 日 _____ 職業： _____

記入日： _____ 年 _____ 月 _____ 日 _____ 担当： _____

0時

3時

6時

9時

12時

15時

18時

21時

全身疾患/喫煙歴など	食事	睡眠	運動
短期目標			
中期目標			
長期目標			

唾液検査結果を使った予防行動の強化

生活習慣をヒアリングし、
改善できる要素を見つけ、
具体的な指導・アドバイスをを行う

Step3：短期,中期,長期の
具体的な目標を設定する

- 短：すぐに行動に移せる簡単なこと
- 中：その後に行う少しハードルの高い行動を設定すること
- 長：〇〇を習慣にする のような、時間や日数がかかること など

カルテNo. _____ 氏名： _____

性別： _____ 生年月日： _____ 年 _____ 月 _____ 日 _____ 職業： _____

記入日： _____ 年 _____ 月 _____ 日 _____ 担当： _____

0時

3時

6時

9時

12時

15時

18時

21時

全身疾患/喫煙歴など

食事

睡眠

運動

中期目標

フッ素配合歯磨剤の処方

水分補給の指導・夜磨き

食事指導

生活習慣改善指導

事例紹介

レシピ紹介



ジャコとレンコンの 豆腐ハンバーグ

- ・木綿豆腐 (100g) +付け合わせ
- ・ジャコ (50g) (塩キャベツ、
- ・レンコン (100g) ミニトマトなど)
- ・チーズ (1/2ピース)



チーズと林檍の 豆乳ヨーグルト和え

- ・りんご (1/4)
- ・チーズ (1.5ピース)
- ・ヨーグルト (50g)



◆まとめ

まとめ

- ◆リスク有りの状態 と 病気 は全く別物であり、DHは(病気ではない)患者さんが抱えるリスクの大きさを判断すること
- ◆“歯の健康” “歯ぐきの健康” “口腔清潔度”と、
(歯科衛生過程を理解したうえで)現在と過去の視点で話を伺い、
歯科衛生アセスメントを行うこと
- ◆炎症状態は健康からかけ離れた状態であるため、生活習慣をヒアリングし、特に炎症状態を把握すること。また、行動の習慣化には日数がかかるため、短期目標ではすぐに取り組める指導をすること