

## 土田真美院長

眞美デンタルオフィス(港北区/日吉)



一見歯科医院らしからぬ、鮮やかなグリーンとオレンジの外観が目印の「眞美デンタルオフィス」を訪ねた。院長の土田眞美先生は、大学で歯科保存学を18年にわたって研究し、大学非常勤講師で保存治療のスペシャリスト。生まれ育った日吉で2004年に開院。以来、高い専門性を生かし、自分の歯を最大限残す治療に取り組んでいる。最近ではサプリメントや東洋医学的な視点も治療に取り入れているそうだ。クリニックは大学病院時代からの患者も多く訪れる。高い技術はもちろん、土田先生の気さくで飾らない人柄もきっとその理由なのだろう。力を入れている治療法の話をはじめ、歯科医師を志した動機、歯科保存学に魅せられた理由についても話を伺った。(取材日2010年7月20日)

### 病気を治す歯科医師を目指し、歯科保存学の道へ

—まずは医師を目指されたきっかけからお聞かせ下さい。



私のうちは、祖父が医師、母が薬剤師、兄や従兄弟も医師か歯科医師か薬剤師という具合に、もう家じゅう医療関係の人間ばかり。自分も当然その道へ進むことになるのかなと思っていました。最初に考えたのは薬学部に行って薬品を開発したり、化粧品会社の研究者になって化粧品を作ることでした。でも結局その道へ進まなかったのは、やはり祖父や母の影響だったと思います。長いこと通ってくださる患者さんや、毎日のように薬局へ来てくださるお客さんがいて、そこは人と人の交流がある。だんだんとそういう仕事が魅力的に思えてきて。人と接することが好きでし

たから、だまってなにかを作るよりも、人と向き合う仕事が自分には合っているのかなと、考えが変わってきたんです。

—そのなかでも歯科医師を選ばれたのはどうしてですか？

私自身は、実は歯で苦労したことがなく、「よい歯のコンクール」などにも出たくらいで、高校生くらいまで虫歯知らずでした。ですので、歯医者さんのことはあまり知らないまま大きくなったのですが、歯科医師になった従兄弟から、比較的手を動かすことが多い仕事だと聞くうちに、興味がわいてきたんですね。もともと絵を描いたり、わりと手先を使うことが好きだったので、面白そうだなと思って。ただ、話に聞いたのと、実際にやってみたのではずいぶん違っていましたけれど(笑)。

—大学は鶴見大学の歯学部へ。研修医時代には歯科保存学を専攻されたんですね。

歯を残せる歯科医師になりたかったのだと思います。歯内治療専攻で、歯周病もやる歯科保存学は歯周組織の疾患を主に研究していく学問。歯周病は今後きっと増えていっくだろうし、歯周病の治療にはオペも含まれるので外科処置も学べます。将来は開業するつもりだったので、全般的にいろんな経験を積めるのはプラスだと考えました。でも決め手になったのは学生の頃に担当した患者さんでしたね。一度歯根の膿が止まらない患者さんがいらっちゃって、あれこれ薬を替えたりしているうちに治っていったのですが、その試行錯誤しながら薬を考えたりする内科的なところや、病気を治す感覚がすごく面白かったですね。最初は手先の器用さを生かしたくて歯科医師を目指したけれど、私が歯科医師としてやりたいことは、ものを作るより、病気を治していくことだとわかったのです。

—その後、どのような経験を積まれたのですか？

卒業後も大学に残り保存学教室で研究を続けていました。ちょうど3年目のとき、常勤の教員の籍が空いたんです。なかなか巡ってこない機会なので、やってみようと思いましたが、これが意外に面白かったですよ。学生を教えることもそうですし、研究もそれこそ材料も機械も湯水のごとく使える恵まれた環境でしたから(笑)、この際しっかり勉強させていただこうと思いました。研究や教育をし、大学病院の歯学病院では治療も行いながら、結局大学には18年間勤務しました。



## 土田真美院長

真美デンタルオフィス(港北区/日吉)



### 食べる、話す、笑うを大切にした歯科治療

—先生の得意分野についてお聞かせください。

やはり歯内療法と歯周治療です。それはもうずいぶん長いことやってきましたし、認定医の資格も持っていますから、それなりのことまでできると思います。あと副院長である主人も、ずっと入れ歯を専門にやってきたスペシャリストです。こちら認定医、指導医ですので、その分野では充分お応えできると思います。予防歯科にも力を入れていています。定期的なメンテナンスにいらっしゃる方には噛み合せ、唾液検査、舌苔(ぜつたい)のチェックをしてデータをとり、いつもと違った結果がでると、それはきっと体調に変化がでる予兆ですから、ご本人の自覚症状が出る前にリスクをお知らせするようにしています。お口の中からも体の不調や疲労具合ということがわかりますからね。口の中からも体を診る診療を心がけています。

—サプリメントや漢方なども治療に取り入れているそうですね。

はい。たとえば口内炎の方ですと、サプリメントのお話もしますし、鍼もやります。顎関節の治療ではレーザーをつかってツボを温めたりもしています。すべてがそれで良くなるとは思いませんが、西洋医学と、東洋医学をはじめとする代替療法的なものを両方うまく生かしたほうが、体の負担も無くなるのではないのでしょうか。今はアメリカでも代替医療が盛んですし、ヨーロッパでは医師がアロマを処方したりしていますよね。そういったものは確実にニーズとしてあるし、人間が体のどこかで欲しているものだと感じています。自覚もなく病気でもないけれど、やや調子が崩れてる状態を漢方では未病といいます。未病を察知することで、大きく体調崩さずにすむようお役に立てればうれしいですね。

—仕事に喜びを感じるのはどんな時ですか



それ以上のものを提供できればと思っています。

—休日ほどのように過ごしていますか？またご趣味などは？

休日はお母さん業に専念して家事をこいそしんでいます。子供たちと家で過ごしたり、平日なかなかできない家の掃除などをやっています。趣味は旅行と読書とスキーで、眼鏡を集めるのも好きなんです。コレクションは35本くらいあります。

—では最後に、これからの展望をお聞かせください。

予防中心の歯科医師として、なるべく削ることを減らした治療をしていきたいですね。当院では予防の検診率はわりと高いんですよ。初診から検診目的でいらっしゃる方もいらっしゃいますし、きっと土地柄もあるんでしょうね。う蝕(虫歯)リスクを調べる唾液検査を希望される方も多いです。う蝕検査についてはこの先新しい機械を導入し、より科学的な予防を進めていく予定です。あと副院長が補綴専門ですので、いずれは往診でもお役にたてればと考えています。



患者様に「治してよかった」といってもらえた時かな。先日も「歯がグラグラで海苔が噛み切れず、もう半年以上もおにぎりを食べられなかったけれど、また自分の歯でおにぎりが食べられるようになってうれしい」と患者様がおっしゃっていました。私たちが歯科治療を通して守りたいのは、患者様が楽しく食べ、話し、笑うこと。やはり何のために歯を治したいかというと、虫歯で穴が開いているからじゃなく、虫歯で穴が開いていると気になってご飯が食べられない、ご飯を食べられるようになりたいから歯医者へいらっしゃるわけです。患者様が本当に求めることをくみ取って、

## 土田真美院長

眞美デンタルオフィス(港北区/日吉)



### 医師の仕事は、病気が相手ではなく人間が相手

—これまで、印象に残ったエピソードなどありますか？



歯科医師になって3年目でした。歯周病と根の治療で、あと一歩という段階で患者さんに治療を拒否されてしまったんです。ここまで頑張ってきてあと一歩というところなのに、なぜ？と思いました。聞けば、その患者様のお子さんが受験を控えていたんですね。そこで初めてわかったんです。人にはそれぞれ経済的なこと、時間的なこと、さまざまな理由で、歯に一生懸命になれない時期があるということ。歯を1本失うよりも、もっと大切なことが人生にいっぱいあるわけで。だんだん仕事にも慣れ病気を治すことに熱中し、夢中になるあまり、当時の私は一番肝心の「患者様」を見ていなかった。医師の仕事は病気を相手にしているのではなく、人間が相手。このことに気づいたことが、今の仕事にも大きく影響していると思います。私にとって大きな転機でした。

—この転機によって、考えや診療スタンスに変化があったのでしょうか。

たとえば患者様がいろんな都合であまり通院できなくなったとき、「100%の治療ができないともうだめ」ということではなく、たとえ今は100%の治療をできなくても、なんとかその時期を乗り越えられる技術を私たちが持って、長い目で患者さんの治療にあたるのが大切なんだと思えるようになり

ました。患者様とのちょっとした会話から「ああ、今お忙しいんだな」とか、「今、治療に気が向いていないな」というようなことを察し、それに沿った提案をする。そういったことが私たちの仕事の非常に必要とされているのではないのでしょうか。ですから患者様とまでできる限りお話しをするように努めています。それとやはり、治療が患者様の重荷になってはいけませんよね。歯科治療は、痛みがある場合は別として、本来生活の質を上げるためものだと思うんです。なのに病院に通うこと自体が重荷になってしまって、毎日が楽しくなくなるのも困ってしまいます。いかに患者様に負担なく、重荷にならず治療できるか、これは大切なテーマだと思います。

—開業されるまでの経緯をお聞かせ下さい。

大学で過ごした18年間ほどとにかく忙しくて、研究にかかるのは大学病院での診療が全部終わったあとの夕方から。遅いときは12時過ぎまで家に帰れないこともよくありました。ただ子どもを生んでからはなかなかそうもいけなくなってしまい、決まった時間に帰れるように研究の内容を変えたりもしました。そのときは治療に使う内視鏡を開発する研究を。おかげでいろんな講演もさせていただいたり論文も書かせていただいたり、貴重な経験ではあったのですが、二人目が生まれると、それもいよいよ厳しくなってきました。それに在籍年数が増えるほど忙しくなってしまう、診療でも患者様とゆっくり喋ることさえできなくなってしまったんですね。しっかり話を聞いて、その人に合わせた治療をしたいと思っているのに、これでは本来私がやりたい診療ができなくなってしまう。そこで開業を決意したのです。

