



2018年7月31日発売
週刊「女性自身」

第1弾

「歯医者さんの水に潜む 一抹の不安」

口腔ケア・最新情報2

「水のきれいな歯医者さん」と 「POIC水」が注目されています！

あなたの健康に重要な「POIC水」が、
歯医者さんや介護施設で活かされています！

POIC研究会が取材された「口腔ケア最先端ルポ」が、週刊「女性自身」に掲載されました！

最新！
第2弾

第1弾



取材ルポタイトル

「歯医者さんの水に潜む
一抹の不安」

2018年7月31日発売
週刊「女性自身」



取材ルポタイトル

「口腔ケアで介護環境は
劇的に快適になる」

2018年11月13日発売
週刊「女性自身」

医療の新しい安全基準を作る・口腔感染症予防の啓発・次世代型医療従事者の育成・医療技術研究開発

新しい医療連携をめざす特定非営利活動法人

POIC® 研究会
www.poic.org

[事務局] 〒135-0047 東京都江東区富岡1-26-15 飯田ビル6F

「水のきれいな歯医者さん」を探せる
「歯と健康」情報満載のWEBサイト！

「小梅ちゃんのばいきん0（ゼロ）そうだしつ」

小梅ちゃん歯医者

検索



歯医者さんの 水に潜む 一抹の不安



なかい歯科クリニック院長・
POIC®研究会ホームケア
アドバイザー
中井 巳智代先生

「年老いて自分の歯が何本残っていないか、その歯で硬い食べ物でもしっかりと咀嚼して食べられるかが、健康寿命を左右する重要なカギとなります。歯周病になるのは口腔内に歯周病菌が蔓延しているから。なので、たんばく汚れを落とすながら除菌力が増すポイック・ウォーターでうがいをすれば、歯周病の改善は難しいことで

はないのです」（中井先生）
歯科医療にたずさわる2030人が集まったポイック研究会では、このように口腔内の細菌感染の防止をはじめとして、口腔ケア全般を通して「自分の歯をいかにして長く保つか」といった大きなテーマを持って研究している。歯科医療においては「歯を削る、麻酔、薬の使用は必要最小限にとどめる方法」、自宅ケアにおいては「歯周病と虫歯予防のための対策」といった研究を推し進めているようだ。

今回のルポを開始するにあたり、取材スタッフMは不安を感じていた。保険制度が確立されている日本では、歯医者での治療は気軽に受けられる。しかしそこには知られざる問題点があり、それが必ず使う水の衛生面であるということに震撼した。

今から四半世紀前、親知らず4本を抜くために半年間通った歯科医院。メスで切り開いた傷口を洗浄する水や、うがいの水も決して清潔とは言えないものだったに違いない。当時30代そこそこだったMの体は、抜歯後しばらく微熱が出た程度で済んだが、56歳の今ではどうなのか。ましてやこの先、年老いていく身には堪えるのではと心配になったのである。

しかし取材の後半、経験とアイ

また、何億もの細菌が棲んでいるといわれる口腔内のために開発された「ポイック・ウォーター」でのホームケアが注目されている。メリットは、歯科医院の衛生面における安全性確保だけではない。歯科医でポイック研究会・ホームケアアドバイザーの中井巳智代先生はこう語る。

「厚生労働省による患者調査（平成26年度）で、日本における歯周病患者は331万5千人。これは3年前の前回調査よりも65万以上増。またその内訳は男性137万3千人、女性194万2千人で女性の方が多い。「歯周病は、歯と歯茎のすき間に溜った細菌で歯茎が腫れる病気でありますが、ほとんどの人は自覚症状がありません。調査結果の331万5千人の歯周病患者数は氷山の一角に過ぎず、その数十倍の人が治療を受けないまま、歯周病を放置していると考えられます」（中井先生）

「年老いて自分の歯が何本残っていないか、その歯で硬い食べ物でもしっかりと咀嚼して食べられるかが、健康寿命を左右する重要なカギとなります。歯周病になるのは口腔内に歯周病菌が蔓延しているから。なので、たんばく汚れを落とすながら除菌力が増すポイック・ウォーターでうがいをすれば、歯周病の改善は難しいことで

「年老いて自分の歯が何本残っていないか、その歯で硬い食べ物でもしっかりと咀嚼して食べられるかが、健康寿命を左右する重要なカギとなります。歯周病になるのは口腔内に歯周病菌が蔓延しているから。なので、たんばく汚れを落とすながら除菌力が増すポイック・ウォーターでうがいをすれば、歯周病の改善は難しいことで

「年老いて自分の歯が何本残っていないか、その歯で硬い食べ物でもしっかりと咀嚼して食べられるかが、健康寿命を左右する重要なカギとなります。歯周病になるのは口腔内に歯周病菌が蔓延しているから。なので、たんばく汚れを落とすながら除菌力が増すポイック・ウォーターでうがいをすれば、歯周病の改善は難しいことで

「年老いて自分の歯が何本残っていないか、その歯で硬い食べ物でもしっかりと咀嚼して食べられるかが、健康寿命を左右する重要なカギとなります。歯周病になるのは口腔内に歯周病菌が蔓延しているから。なので、たんばく汚れを落とすながら除菌力が増すポイック・ウォーターでうがいをすれば、歯周病の改善は難しいことで

歯を飛躍的に 長持ちさせる ポイック・ウォーター

「歯周病は、歯と歯茎のすき間に溜った細菌で歯茎が腫れる病気でありますが、ほとんどの人は自覚症状がありません。調査結果の331万5千人の歯周病患者数は氷山の一角に過ぎず、その数十倍の人が治療を受けないまま、歯周病を放置していると考えられます」（中井先生）

「歯周病は、歯と歯茎のすき間に溜った細菌で歯茎が腫れる病気でありますが、ほとんどの人は自覚症状がありません。調査結果の331万5千人の歯周病患者数は氷山の一角に過ぎず、その数十倍の人が治療を受けないまま、歯周病を放置していると考えられます」（中井先生）

「歯周病は、歯と歯茎のすき間に溜った細菌で歯茎が腫れる病気でありますが、ほとんどの人は自覚症状がありません。調査結果の331万5千人の歯周病患者数は氷山の一角に過ぎず、その数十倍の人が治療を受けないまま、歯周病を放置していると考えられます」（中井先生）

「歯周病は、歯と歯茎のすき間に溜った細菌で歯茎が腫れる病気でありますが、ほとんどの人は自覚症状がありません。調査結果の331万5千人の歯周病患者数は氷山の一角に過ぎず、その数十倍の人が治療を受けないまま、歯周病を放置していると考えられます」（中井先生）

「歯周病は、歯と歯茎のすき間に溜った細菌で歯茎が腫れる病気でありますが、ほとんどの人は自覚症状がありません。調査結果の331万5千人の歯周病患者数は氷山の一角に過ぎず、その数十倍の人が治療を受けないまま、歯周病を放置していると考えられます」（中井先生）



POIC®研究会が認定している歯科施設に
掲示してある「歯科治療水安全施設認定証」



アメリカでは歯科治療時の感染症が問題に!?

えっ!? 治療水に細菌が...

歯医者さんの水に潜む



一抹の不安

子供から高齢者まで、何かとお世話になることが多い歯医者さん。そんな頼りになる歯医者さんに今、ひとつの不安材料が取りざたされている。端的に言えば、治療の際に使われる水に多量のばい菌が潜んでいるかもしれない、というのである。すでに一部の歯科医院ではその対策に乗り出しているという。安全性に細心の配慮をほどこした、歯科医療の最先端をルポルタージュしてきた。

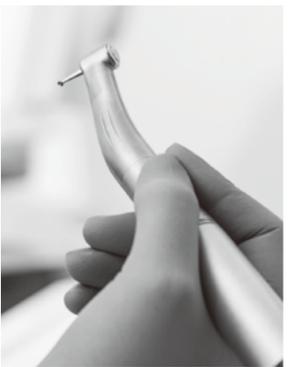
排水溝の7倍の雑菌が入った水で行われている歯科治療

ように、歯科医院の大部分が、滞留した水に

菌が混入しているとしたら……。想像するだけでもゾッとしますが、実はこれ、アメリカでは歯科医療で多用する水によって感染症が確認されて、大きな問題に。全米歯科医師会では、情報と対策をインターネットの専用サイトで公開しているそうだ。

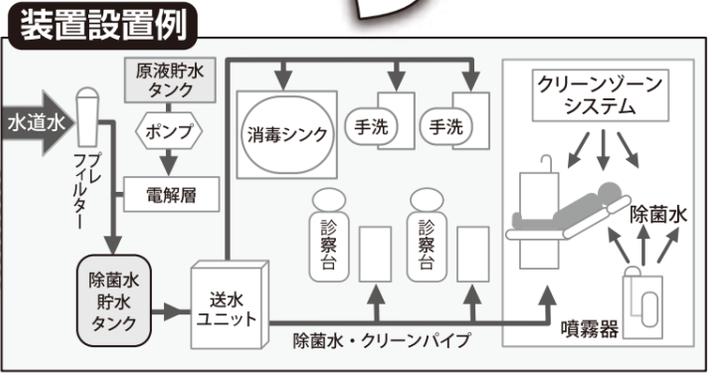
ところ変わって世界的にトップレベルの安全性を誇る日本の水道水。アメリカとは違うのでは、と思うかもしれませんが、たしかに日本の水道法では「1ccの水に細菌は100個以下」と厳格に決められている。ところが水道の蛇口から出た水が、歯科医院にある諸々の機械設備を通過するうちに、細菌が繁殖してしまうというのだ。

歯科医療の治療設備にたずさわる関係者によると、「ペットボトルに水道水を入れて、常温でしばらく放置すると大量の細菌が繁殖する



水を噴射しながら歯を削るタービン

家庭の排水溝を流れる水と比べても7倍の細菌数である。ちなみにこの驚くべき細菌の数は、第58回日本歯科医療管理学会総会で発表された学術論文から抜



きれいな治療水を作るためにはどうしたらいいか、考え始めたのです」(矢島先生)

「この装置は水道水の電気分解など、いくつかの工程を経て弱酸性にすることで、殺菌力を持つ水を作り出します。大事なものは安全なことです。この水を歯科治療に

門家や、工業製品メーカーなどの協力をあおいで、強力な除菌水(ただし人体には無害)を作る装置を開発。有志の研究会は2012年にNPO法人、ポイック研究会へと発展した。



やじま歯科医院院長・POIC®研究会理事長 矢島 孝浩先生

「この装置は世界初の連続除菌治療システムとして特許を取得しており、開発当初は莫

きれいな水「除菌水」で安全になった歯科医療

粹した数値。日本歯科医師会でも10年前にこの治療水の衛生上の問題を会報誌で取り上げ、警鐘を鳴らしている。歯科治療に行つて別の感染症に罹患して帰って来る。こんなことが現実になる危険性は低くないのである。

ここまで聞くと歯医者さんに行くのが怖くなるが、日本の歯科医療現場には、この問題に20年以上前から取り組み、安全な水で歯科医療を行っている人たちがいる。それがポイック(POIC®)研究会というNPO(特定非営利活動法人)団体。ポイックとはProfessional Oral-infection Control(「口腔内感染を完全に制御する」という意味で、歯科医や大学の研究者、歯科医療設備の開発者など2030名が所属。700の歯科医院が加盟している。ポイック研究会で理事長を務める、歯科医の矢島孝浩先生にお話をうかがった。



口腔ケアで 介護環境は劇的に快適になる

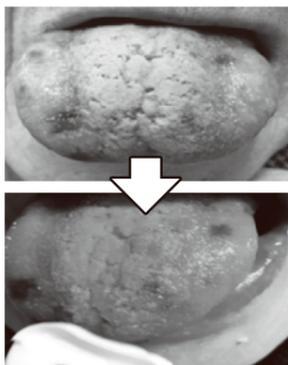
「家内の介護が難しくなったのは、食が細くなつてやせ衰えてきてしまったからでした。断腸の思いでしたが、介護老人保健施設で面倒をみてもらうしかなかったのです」
(武雄さん)

入居した施設ではPOIC水による口腔ケアが行われていた。「最初のうちは食事も味がしなくて残してしました。ところがPOIC

口腔内の雑菌は歯周病だけではなく口腔内全体を蝕むため、口内炎が出たり自前の歯や入れ歯がぐらつく、さらに舌がまひして味覚障害を起こすこともままある。その結果「食事がうまくとれない」「食べることに興味がなくなる」といった状態に陥るケースも多い。こんな状況をPOIC水は変えてくれる。

新田寿々子さん(82歳)は自力歩行が困難な状態で、日常生活ではご主人(武雄さん・83歳)の介護を必要としていた。この老老介護が限界に達したのは昨年秋のことだった。

POIC水で 食の楽しみが 復活



舌の汚れがきれいにとれている

水で歯磨きをしたり、うがいをしたりしているうちに、ご飯がすくおいしく感じられるようになってきました」(寿々子さん)

食欲が戻ったおかげで寿々子さんの体調はみるみる回復し、3カ月後にはご主人のもとに戻ることもできた。

「家内はPOIC水の口腔ケアがきっかけとなって、見違えるほど元気になりました。まさに救いの水ですね」(武雄さん)

右の写真で比べると、POIC水でうがいをくり返すうちに新田さんの舌がきれいになっていったのがわかる。こうして雑菌がなくなると唾液も増え、舌は味覚を取り戻す。このように、POIC水で食べる楽しみを取り戻した人は多い。

「POIC水で口をゆすぐと、ご飯が数倍おいしく感じられるんです。旬の味を楽しみむ気持ちが復活して、体も数倍丈夫になったような気がします」(野村和子さん・78歳)

「女房に先立たれて食べることで体が面倒になっていたのですが、

のNPO法人が次に目指したのが、介護現場での口腔ケアに役立つ除菌水の開発だった。そして口腔ケアの専門家たちの知識と頭脳を結集して開発したのが、有機物分解除菌水、すなわちPOIC水(ポイク・ウォーター)である。

実際にPOIC水を活用している熊本県のある介護老人保健施設にうかがってお話を聞き出した。この介護老人保健施設は入居者とデイケアを合わせて、1日200人が利用するという大規模な施設。ここでPOIC水は大活躍をしている。

「どこでもそうでしょうが、介護施設では二オイに悩まされます。その元凶が要介護者の口臭。これがPOIC水で口腔ケアをすることで消えたのです」(介護士Sさん)

ここではそれまでも口腔ケアには万全を期していたつもりだったが、口臭の憂いがなくなることはなかった。それがPOIC水を使うだけで解決したというのだからすごい。さぞかし手間や費用がかかったのだろうと思いきや、

「精製水にPOIC水の原液を混ぜて、電気分解する生成器を使って有機物分解除菌水(POIC水)を作ります。増えた手間といえば生成器のスイッチを入れることと、これをペットボトルに入れて冷蔵庫に保管しておくこと

とぐらいでしょうか(笑)」

このPOIC水をお湯で薄めたものを使って入居者は1日4回、デイケアで通っている人は1日2回の口腔ケアに使っている。

「最初にPOIC水を10ccほど口に含んで歯磨きをしてもらいます。そしてPOIC水をお湯で薄めたものでブクブクとうがいをします。歯磨き粉は使いませんので、万が一飲みこんでしまっても大丈夫。入れ歯の方や誤嚥性肺炎の方の口腔ケアも安全に行えます」

こうしてPOIC水によって口腔ケアをすることで、数週間後には入居者もデイケアに通う人たちも、口臭が気にならなくなったのである。

「看護される側の人も私たち介助者も快適ですが、お見舞いに来られる方からも口々に『イヤな二オイが消えた』と喜ばれています」

さらに施設内の除菌のために、噴霧器を使って各所にPOIC水を散布しているそうだが、毎月のコストは以前よりもおさえられているそうだ。



冷蔵庫には大量のPOIC水が冷やしてあった

空調除菌水として 高い評価の POIC水

空間除菌水としてのPOIC水の評価も高い。噴霧器やスプレーとしてPOIC水で施設内を除菌している、先の熊本県の介護老人保健施設では昨冬のインフルエンザ発症がゼロになったそう。

「200人の要介護者に私たちや見舞いの人など、のべ300人の人々が毎日施設に出入りしていますし、高齢者は免疫力も衰えています。ですからどんなに注意しても毎年インフルエンザを発症する人が何人も出るのです。それがゼロになったのは私の記憶の限りでは昨冬が初めて。POIC水を使い



POIC水が置かれている子供園の手洗い場

このPOIC水は家庭用のものもあり、価格は500ccで税別3000円。10ccを2倍に薄めて歯磨きやうがいをし、さらに4倍に薄めてもいいそう。1日1回で25日間使える。

詳しくはPOIC研究会(☎03・3643・5212「10」17時土日祝休)か、インターネットの検索サイトで「ポイック きれいな水」の検索ワードで出てくるポイック研究会のサイト(<http://www.polic.org>)に紹介されている。

口腔内から空間まで清潔にするPOIC水。私たちを守ってくれる頼もしい水が登場した。

歯の寿命と 健康寿命を 延ばす口腔ケア



歯科衛生士 今泉克美さん

この口臭の解消はPOIC水での口腔ケアのメリットのほんの序の口。最大のメリットは歯周病の改善。さらには口腔内感染症や口腔からの合併症を防ぐことである。



噴霧器やスプレーがいたるところに

歯科訪問診療のエキスパートであり、介護施設での口腔ケアを指導している、歯科衛生士の今泉克美さんに解説していただく。

「歯周病は雑菌によって歯肉や歯根膜が炎症を起こしている状態。進行すれば歯肉が腐ってしまします」(今泉さん)

もともと口腔内には700種の雑菌が存在するそうで、その数はこまめに歯磨きをしている人でも1000〜2000億個、放置しておけば1兆個にも達する。

「このなかには肺炎の原因菌も潜んでおり、歯だけではなく歯肉や舌、口蓋の粘膜に付着しています。したがって歯磨きだけでは、それらの雑菌をすべて取り除くことは難しいのです」

さらに、高齢になると唾液の分泌が少なくなるため、雑菌の繁殖も加速する。

「有機物を分解するPOIC水は、歯肉や歯周ポケットなど口腔内のすみずみに入り込んで除菌していきます。こうして口腔内を清潔に保つことで、歯周病で自分の歯を失ったり、肺炎などの感染症を未然に防ぐことができます」

POIC水の口腔ケアで口臭が消えるのは、雑菌が消える何よりの証拠。介護施設での院内感染を防ぐ意味でも、大いに役立つであろう。



介護する人にとって 大きな憂いとなる口臭

介護をする人(介助者)にとって見えざる敵となるのが、介護される人(要介護者)の口臭。介護士として15年のキャリアを持つAさんはこう証言する。

「すべての要介護者の口臭がきついというわけではありませんが、口臭に私たちが悩まされているのは事実です。この口臭はたんや歯周病がニオイの元凶だから、歯磨きをしても消えないのです」(Aさん)

介護士を目指す人にとっても要介護者の口臭は大きな壁となるらしい。

「がんばって資格を取ったものの、口臭に耐えられなくて介護士として働くのを断念した人も実際にいました。施設内ではいろいろな人の口臭が混じり合うから余計つらいのです」

ベテラン介護士のAさんでさえ、うんざりする口



臭。もしもこの口臭問題が解決したとしたら、と聞くとこんな答えが返ってきた。

「施設が天国に変わるでしょうね。介護される側だって他人の口臭には閉口しているはず。介護現場にいるみんなが幸せになれるから元気になる。確実にそうなると思います」

介護環境は劇的に 快適になる

口臭・歯周病・感染症・合併症etc.

有機物分解除菌水・POIC水の 口腔ケアで



日本が直面している介護問題。これから先、要介護者が確実に増えることを考えると、今後は介護される側、する側双方にとって、介護環境をいかに快適にできるか、ということが重要課題になってくる。この問題の解決を志して、20年前から医師、歯科医師、看護師、介護士、医療設備メーカーが活動しているNPO法人(特定非営利活動法人)がある。そして今、その集大成というべき介護環境の改善策が始動した。

快適になる

Controlの略で、つまり口腔ケアのブロ集団である。本誌8月14日号でも取り上げたが、歯科医療現場で古くから問題視されていた治療水を、完全な除菌水に変えるシステムを開発し、その普及に努めている研究会である。既報の内容をピックアップしてPOIC研究会の活動を簡単に紹介しよう。

歯科医院に行くとき必ず目にするのが歯を削るドリルのような機械「タービン」。タービンは作動すると同時に摩擦熱を冷却する水を噴射する。このタービンの先に付着した口腔内の雑菌が、ノズルから逆流して繁殖し、次の患者の口に入る危険性があるというのだ。なかには排水溝の7倍もの雑菌が繁殖している水が、治療中に使われていた例もあるのだとか。

うがいなど、歯科治療では水を口を含む機会が多い。抜歯後の傷口からは菌が入れば、感染症に罹患する危険性は高い。実際にアメリカでは全米歯科医師会によっ

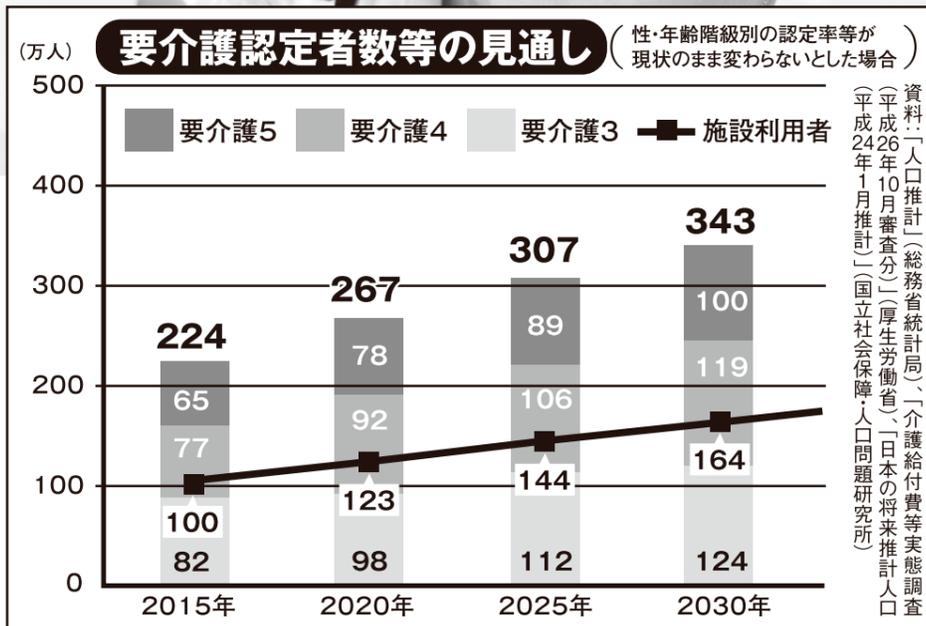
て治療水の危険性が告知され、その対策をインターネットで公開している。

日本において歯科医院で使う水を安全なものにするべく、歯科医や大学の研究者、医療設備メーカーによる研究が始まったのは今から20年以上前。研究と実験を重ねて、電気分解によって常時、弱酸性の除菌水を作り出すシステムを開発した。これを歯科治療設備の送水ユニットに組み込むことにより、見事に問題を解決したのである。

現在では医療関係者2千30人、700以上の歯科医院が加盟して、安全な歯科治療の普及に努めているそうだ。

POIC水を使った 口腔ケアで 介護現場が快適に

歯科医療に使用する水を安全な水に変えたPOIC研究会。こ



歯科医院の水を 安全にした POIC(ポイック)水

そのNPO法人の名前は
POIC(ポイック)研究会。
Professional Oral-infection