

慶應義塾大学医学部 歯科・口腔外科学教室

研修施設責任者 中川 種昭・臼田 頌

執筆担当者 臼田 頌

<病院について>

慶應義塾大学病院は、国立競技場の隣、JR 総武線の信濃町駅の目の前にあります。改札を出てすぐに石原裕次郎さんが手を振った建物が見えますが、現在病院は建て直し中であり、最後まで残ったこの建物ももうすぐ取り壊されます。ちなみに病院の工事中のシーンは、映画「君の名は。」のオープニングに出ており、歩道橋でスマホを触るキーとなるシーンも病院前の歩道橋が舞台でした。

建て直しに伴い歯科外来もとても綺麗になり、患者さんからも好評ですが、昔から変わらないのが病院最上階からの絶景です。今が旬？の新国立競技場、神宮球場、東京体育館、天気良ければ富士山、六本木・新宿の高層ビル群などなど。特に茜空にそびえるドコモタワーは「THE 東京」といった景色で、生まれも育ちも東京の私も毎度感動させられます。コロナが落ち着いたら聖地巡りや、この景色を眺められる最上階レストランにも遊びに来てください。

(カレーとハンバーグが美味しいです。)



新旧慶應病院を臨むその歩道橋

<歯科・口腔外科，口腔顔面痛外来について>

当教室は病院歯科としては珍しく、日本口腔外科学会だけでなく、日本歯周病学会・日本補綴歯科学会・日本顎関節学会・日本口腔顔面痛学会などの専門医がとれる施設となっております。科の表記が「歯科・口腔外科」と間に「・」があるのは「歯科分野と口腔外科分野の両方」という理由です。

痛みの患者さんの特徴として、周りに沢山の医科・歯科病院があるため、すでに複数の病院へ受診歴のある長期化した難治性患者さんを多くご紹介いただきます。そのため、当科初診までに CT などの各種検査が行われており、当科での最終診断が、必然的に見過ごされがちな筋筋膜痛となる比率が一般的な臨床統計以上に高いと感じています。

<力を入れていること>

筋筋膜痛の治療で「患者のセルフケア実施」を徹底することが当科の特徴です。「セルフケアを行っているか」だけではなく、「セルフケアで筋筋膜痛を改善させたか」を評価の対象とし、「硬結部を探すスキルを習得し、セルフケアを習慣化できたか」、「自身の痛みが関連痛であることを理解したか」というところまで徹底的に指導しています。例えるならば、歯周病の治療において「歯を磨いているか」ではなく「磨けているか」ということに重点を置き、「習慣化し、技術的にも身についたか」まで突き詰めるのと同じです。そのため、通院終了の際は、「お大事にどうぞ」ではなく、「卒業おめでとう」と声をかけています。

ここまで読むと、大変厳しい外来のように感じるかもしれませんが、実際には研修医の若い力を借りて、活気のある明るい外来となっています。具体的に、筋筋膜痛の疾患教育としては下記の4つに力を注いでいます。

1) 鑑別疾患を列挙し、それぞれ患者自身の症状と比較しながら現在の病態を説明する。

- 2) 関連痛とファミリアペインを再現させ、異所性疼痛を自覚してもらう。
- 3) 原因筋に対しての適切なセルフケアを指導し、施行したことによる主訴の改善を自覚してもらう。
- 4) 破局的思考の説明を交えながら、これらを前向きに行えるよう指導する。

このように「診断」だけでなく、理学療法とコミュニケーションスキルを組み合わせた「治療方法」にも重点を置き、患者自身が納得の上でセルフケアを実行し、自らマネージメントできるようになる事を治療目標に掲げ、日々診療と研修医教育に取り組んでおります。

<他科との連携>

総合病院という特性から幅広い疾患を引き受け、医科歯科連携も積極的に行っております。痛みに関連する麻酔科、リハビリ科、精神科や、領域の近い耳鼻科や眼科、全身的な疼痛が関与するリウマチ内科や各科の悪性腫瘍患者など様々です。特に神経内科の頭痛専門外来とは常に情報交換をしながら、慢性頭痛患者の筋筋膜痛スクリーニングおよび治療を連携して行えていることは当科の強みです。その他、睡眠外来とは夜間のブラキシズムを考慮した不眠治療、小児科とは小児頭痛に対して理学療法的なアプローチを行うなどの連携をしています。小児の頭痛改善が不登校の解消に繋がることも多く、医療人としても親としても大変やりがいのある仕事だと感じています。

また、紹介理由や受診理由が「口腔顔面痛」でなかった場合でも、それぞれの窓口となった専門医が初期対応を行い、口腔顔面痛専門外来と科内連携ができていた点も特徴です。同じフロアで診療を行い、全員が筋筋膜痛を含めた口腔顔面痛に対する理解があるからこそ出来る当科の強みです。

<研究>

ここまで理学療法に力を入れてきたことを書いてきましたが、現在「アプリ」を活用してセルフケアを行う研究をしています。2021年4月から運用を開始し、患者さんには「アプリのおかげでやろうと思える」と喜んでいただいております。現在は当外来患者限定でiOSのみの対応となっておりますが、改良を重ねながら2023年からは運用拡大を視野に入れておりますのでご期待ください。筋筋膜痛に対して「アプリ」を用いることで、セルフケアのオーダーメイド化や実施率の向上といった、より質の高いセルフケアを導くことが出来るのではないかと考えています。



【施設名】

住所：〒160-0016 東京都新宿区信濃町 35

予約の取れる電話番号：03-3353-1257 Web 予約：<http://www.hosp.keio.ac.jp/iryo/syokai.html>

口腔顔面痛外来日（診療時間）：初診：木曜 AM， 再診：月・水・金・土

担当医師：臼田 頌，村岡 渡（非常勤講師，隔週火曜 PM のみ）

URL：<http://www.hosp.keio.ac.jp/>

専門医取得のための研修・外来見学の可否：コロナ期間中は不可，

その後は要相談（臼田頌：shousuda@keio.jpまで）

日本口腔顔面痛学会 News Letter へのお問い合わせは

「日本口腔顔面痛学会事務局」まで

〒135-0033 東京都江東区深川 2-4-11 一ツ橋印刷株式会社社会事務センター内

TEL: 03-5620-1953, FAX: 03-5620-1960 E-mail: jsop-service@onebridge.co.jp