

(2024年10月1日発行)

日本口腔顔面痛学会理事長 小見山 道

広報委員会担当理事 山崎 英子/委員長 池田 浩子

今回は、当学会で初めての後援となった市民講座である7月21日に行われた筑紫野市民公開講座 健康づくり講演会について山崎歯科クリニックの山崎 英子先生に報告していただきます。

筑紫野市民公開講座 健康づくり講演会参加報告

医療法人和英雅会 山崎歯科クリニック 山崎 英子



ご講演される坂本先生

「その痛み、口腔顔面痛じゃないですか？～原因がわからない口の痛み、歯の痛みについて～」と題して、坂本 英治先生（九州大学病院顎口腔外科 口腔顔面痛外来/九州大学痛みセンター）により2024年7月21日に筑紫野市生涯学習センターにて筑紫野市民公開講座 健康づくり講演会が行われた。口腔顔面痛についての市民健康講座である。

この講演は昨年10月に口腔顔面痛学術大会に先立って開催された市民講座の第2弾である。前回開催では、講演時間を大幅に超えて時間切れになるほど参加者からの熱心な質問があふれたことで、筑紫野市 健康推進課はさらなる口腔顔面痛の市民への啓発の必要性を感じ、再び開催された。

「痛みとは何か、治らない痛みと慢性疼痛」について「口腔顔面痛とは何か、その代表的な患者さん像」

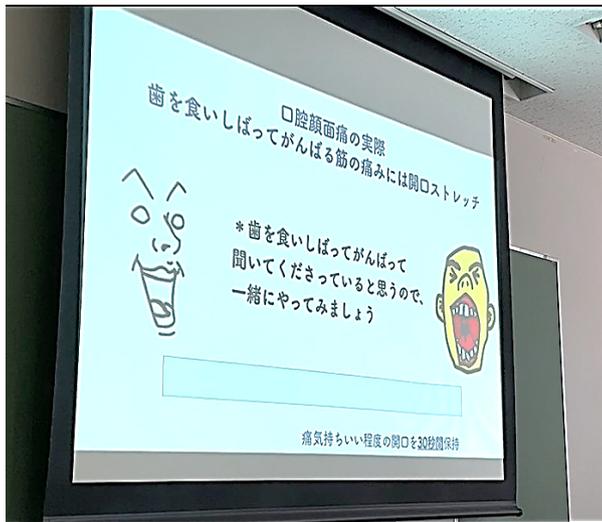
「もしかして口腔顔面痛？と思ったときのご相談までの流れ」の内容で講演は進んだ。

「痛みとは何か、治らない痛みと慢性疼痛」について、痛みには急性痛と慢性痛の2つがあることから述べられた。急性痛は、怪我などで痛くなり、それが治癒することで徐々に減っていく痛みで、通常の痛みはこれに当たる。一方、慢性痛は治癒にも関わらずなかなか減らない、もしくは最初は痛くないが徐々に痛みが出てきて治らない痛みである。痛みは病気や怪我に関連するものだ、という認識でいると、医療者は痛みの原因を探すことに偏り、結果「怪我は治っているから痛いはずがない」と結論付けるが当事者は痛みを感じているという状況が起こることを述べられた。以前放送されたNHKスペシャルで腰痛の原因は脳にあるという話を引用された。なおこの放送は坂本先生が外来で診ておられる患者さんからもとても反響があったそうだった。

次に「口腔顔面痛とは何か、その代表的な患者さん像」ということで、口腔顔面痛について症例を交えて解説された。慢性疼痛の中でも歯や口腔領域の慢性痛は口腔顔面痛と呼ばれ、今回は代表的な口腔顔面痛として神経障害性疼痛と筋筋膜痛症について述べられた。神経障害性疼痛とはいわゆる「古傷が痛む」ものであり、筋筋膜痛症（顎関節症）とは「歯を食いしばって」頑張ることで歯の痛みとして感じられるものである、とそれぞれの病態がイメージしやすい、平易な言葉と症例を使って解説された。

「今日の講演会に参加されている方の中にも、それこそ一生懸命、歯を食いしばって話を聞いていらっしゃる方がおられるかもしれない」と、参加者と一緒に普段から無意識に歯を食いしばっていないかのセルフチェックと開口ストレッチを行った。

最後に「もしかして口腔顔面痛？と思ったときのご相談までの流れ」について、本人やご家族に口腔顔面痛に困っている方がおられたら受診までの流れを説明された。



講演スライドより。
会場全体で開口ストレッチを行った。

歯に関する治らない痛みを口腔顔面痛と呼び、国際的な診断基準も整っているため適切な診断と治療方針を立てることが可能になっている。提示された症例のように、痛みによっては分かりやすいものもあるので気軽に相談して頂きたいこと、今日の内容が皆さんの健康や幸せに繋がることを願っており、筑紫野市からその取り組みを始めたいという思いが伝えられ講演は終了した。

その後の質疑応答では、来場者から「口腔顔面痛の知識は一般の歯科医師には周知されているのか?」「痛みを抑える抗うつ薬のようなものは歯科医院で処方することができるのか?」というような質問が出たため、坂本先生が口腔顔面痛は国家試験に2013年頃から出題されているが、それ以前の先生は学生時代に講義がなかったので歯科医師会

などの講演をおこない、広報をすすめている。また、口腔領域に関する薬の処方には保険診療で歯科医師ができることになっていると説明された。また講演後のアンケートの中で感想は「口腔顔面痛という聞きなれない言葉だったが、本日の話を聞いて参考になった。また、脳との関連について初めて知った。」学会に今後期待することという項目では「痛みがある人が多いと聞くのもっとたくさんの人に伝えられるような活動を頑張ってもらいたい」「歯科業界(歯科医師会・歯科衛生士会・技工士会等での研修や広報誌等への掲載等を行い、まず歯科界に知識を広げてほしい)などの記載があった。

講演、質疑応答を通じて一貫して平易な言葉でできるだけわかりやすく、受講者もメモをとりながら真剣に話に聞き入るといった熱のある、そして温かい講演会であった。

<演者の坂本 英治先生よりコメントをいただきました>

市の施設を会場に使わせて頂くにあたり、何か市民の皆様にご貢献できないかということで昨年市民講座を開催させて頂きました。

第1回の講演会では、参加者の熱心さとこんなに困っている方がおられるのかということに行政側が驚かれ、今年度も開催させて頂く運びとなりました。今回第2回目は7月21日の13時からと熱中症警戒アラート真っ只中で開催です。なお、お隣の太宰府市では猛暑日が通算58日目で国内の最多記録更新が続いています。猛暑日は58日、熱帯夜は50日で、大谷選手に先駆けて「50&50」です(9月16日現在)。

その暑さをも上回る口腔顔面痛の方たちの熱心さに改めて自分の仕事の重要性を実感しました。講演後に健康推進課へのお問い合わせと3名の受診がありました。

市民健康講座のようなかたちで行政に働きかけて直接市民へアプローチすることは、どこにいったらいいかわからずに困っている方への直接のメッセージを届けることにつながります。口腔顔面痛を啓発する手段としては効果的で、学会としても積極的に展開して頂きたい新たな戦略とも思われました。一方で懸案としては、口腔顔面痛患者の受け皿があまりにも少ないことです。筑紫野市は私の所属の九州大学病院まで十分に通院圏内ですが、それ以外の地元に施設のないところではどうしたらいいのかという自問自答には答えが出ません。これも今後行政も巻き込んでの取り組んでいくべきテーマだと実感しました。

末筆になりますが、本講演の機会を頂きました筑紫野市と後援頂いた本会には誌面を借りて深謝申し上げます。

【山崎 英子 先生のプロフィール】

【略歴】

- ・ 1997年 長崎大学歯学部卒業
- ・ 1997年-2011年 宮崎大学医学部附属病院歯科口腔外科、藤元総合病院口腔外科部長
- ・ 2011年 山崎歯科クリニック 副院長



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学会事務センター内

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